

# स्वाध्याय-शिक्षा

आशीर्वचन एव दिशा दर्शन  
परम श्रद्धास्पद चारित्र चूडामणी  
आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज

सम्पादक मण्डल

डॉ० नरेन्द्र भानावत	प्रो० कन्हैयालाल जी लोढा
श्री धर्मचन्द जी जैन	श्री प्रकाशचन्द जी जैन

सम्पादक

श्रीचन्द्र सुराजा 'सूरस'

संयोजक

ब्रजमोहन जैन

प्रकाशक

सम्यग् ज्ञान प्रचार मण्डल,

जयपुर-३०२ ००३

# अनुक्रमणिका

क्रमांक	पृष्ठ
१ स्वाध्याय शिक्षा—वन्दना, स्वाध्याय माहात्म्य	१
२ स्वाध्याय, क्यों ? किसलिए ? —आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज	२
३ स्वाध्याय ही चक्षु है —मुनिश्री कन्हैयालालजी 'कमल'	६
४ दुःख मुक्ति का उपाय—स्वाध्याय त्रय —प्रो० कन्हैयालाल लोढा एम० ए०	७
५ पञ्चमुखी स्वाध्याय दीपक (आगम चर्चा)	१०
६ स्वाध्यायी का आदर्श जीवन —आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज	१५
७ तीन प्रकार की जैष्ठ भूमिकाएँ (आगम मुक्ता से)	२७
८ जीवणन्त पयास पुजो सज्जाओ (प्राकृत लेख) —व्याख्याता, धर्मचन्द जैन (जयपुर) अनुवाद - श्रीचन्द सुराना 'सरस'	२८
९ स्वाध्याय का श्रेष्ठ माध्यम—सूत्र	३४
१० स्वाध्याय समुद्देश —श्री प्रकाशचन्द जैन	३६
११ आत्मानुभूति की कला स्वाध्याय—उपाध्याय श्री केवल मुनि	३८
१२ सविष्ट अर्धमागधी व्याकरण	४२
१३ स्वाध्याय, अर्थ और साधना —श्री देवेन्द्र मुनि शाम्बरी	४६
१४ अनुप्रज्ञा योग की आराधना — स्व० आचार्य श्री आत्मारामजी महाराज	५७
१५ कथा की कथा (आगम चर्चा)—श्रीचन्द मृगना 'सरस'	७०
६ आध्यात्मिक प्रश्न-उत्तर	८०
१७ स्वाध्याय शीत के स्वर्ण सूत्र	८७
१८ मानु के २० गुण	८८

# स्वाध्याय-शिक्षा

## वन्दना

जयइ सुआण पभवो, तित्थयराण अपच्छिमो जयइ ।

जयइ गुरुलोगाण, जयइ महप्पा महावीरो ॥

—नन्दी सूत्र २

—जयवन्त है, श्रुतज्ञान अर्थात् द्वादशागरूप वर्तमान शास्त्र के उत्पत्ति के कारण अर्थात् उनका निर्माण करने वाले तीर्थंकरों में अपश्चिम—इस अवसर्पिणी काल के २४ तीर्थंकरों में अन्तिम, लोक के गुरु जयवन्त हैं, महान् आत्मा महावीर सर्वोत्कृष्ट है ।

स्वाध्याय-माहात्म्य—

सज्जाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! स्वाध्याय करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

सज्जाएण नाणावरणिज्ज कम्म खवेइ —उत्तराध्ययन सूत्र २६/१८  
स्वाध्याय करने से ज्ञानावरणीय कर्म का क्षय होता है ।

वर्तमान में श्रमण भगवान् महावीर का धर्मशासन है । इस धर्म-शासन के आलम्बन तीर्थंकर केवली नहीं है । धर्मशासन के संरक्षण और सवर्धन का आधार निर्ग्रन्थ मुनि और आगमवाणी है । मुनिमण्डल और सतीवर्ग की अल्पता के कारण आज आवश्यक हो गया है कि शासन हितैषी श्रावक सिद्धान्त वाणी के विशिष्ट जानकारी होकर धर्म-शासन की रक्षा के लिए आगे आवे । आगम ज्ञान के लिए स्वाध्याय प्रवृत्ति को प्रोत्साहन दे ।



स्वा

ध्या

य क्यों ? किसलिये ?

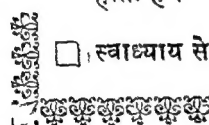
ॐ आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज



☐ स्वाध्याय से सदसद् का ज्ञान होता है ।

☐ ज्ञान-बल से आत्मा में स्थिरता और समाधिभाव की वृद्धि होती है ।

☐ स्वाध्याय से मन के सस्कार शुद्ध होते हैं ।



जिज्ञासु बन्धुओं की ओर से प्रश्न होता है कि आज के 'आर्थिक' सामाजिक व्यस्तता भरे जीवन में आध्यात्मिक ग्रंथों के स्वाध्याय का इतना प्रचार क्यों किया जाता है ? इससे व्यक्तिगत और सामूहिक क्या लाभ है ? जब तक स्वाध्याय का प्रयोजन अच्छी तरह स्पष्ट नहीं हो तब तक पाठकों की इस ओर रुचि नहीं बढ़ सकेगी । जैन धर्म की हर प्रवृत्ति सहेतु होती है । जैसे कोई भी व्रत-नियम या साधना-आराधना बिना हेतु के नहीं होती वैसे स्वाध्याय भी बिना हेतु के नहीं है । ससारी जीव अनादि काल से विषय-रूपाय और दुर्व्यमनों से भयंकर रोग-शोक का कण्ट भोगते हुए भी विषय-कषाय का परित्याग नहीं कर पाते । वक्तिक स्वेच्छा से विषय भक्षण कर रहे हैं । मानव की ज्ञान चेतना दबी हुई है । वह मोह मदिरा में मत्वा-मत्त का मान मूल बैठा है । जब तक मानव की ज्ञान चेतना अनावृत न हो जाय तब तक विचार और आचार की मनिनता नहीं मिल सकती ।

स्वाध्याय ही ऐसा एक अमोघ उपाय है जो ज्ञानावरणीय कर्म के आवरण को काट सकता है । जैनागम उत्तराख्ययन सूत्र में स्वाध्याय का ज्ञान बनाते कहा है कि—

नज्जाएण नाणावरणिज्ज कम्म खवेइ । —उत्तरा २८/१०

स्वाध्याय से जीव ज्ञानावरणीय कर्म का क्षय करता है ।

दशवैकालिक सूत्र के द्वे विनयसमाधि अध्ययन मे श्रुत अर्थात् स्वाध्याय को भी समाधि का कारण कहा है ।

सर्वप्रथम सम्यक् श्रुत के अध्ययन से जड चेतन का ज्ञान होता है फिर ज्ञान से आत्म तत्व की महिमा और स्वरूप को जान लेने से चित्त-वृत्तियाँ स्वरूप मे स्थिर हो जाती है । ज्ञान बल से स्वयं धर्म मे स्थिर होता और दूसरे अस्थिर आत्मा को भी स्थिर करता है । जैसा कि कहा है—  
ठिओ पर ठावइस्सामित्ति अज्झाययव्व ॥४॥

स्वाध्याय से शास्त्र का ज्ञान होता है । तत्वाथ का ज्ञान होने से भौतिक पदार्थों से विरक्ति होती है । विरक्ति से स्वयं एकाग्र होकर दूसरो को भी स्थिर कर देता है । इसलिए शास्त्रकारो ने स्वाध्याय को सब दुःख दूर करने वाला कहा है ।

स्वाध्याय एक दीपक है

अमावस की घोर अँधियारी मे सामने खडा व्यक्ति भी पहचाना नहीं जाता, वहाँ दीपक की आवश्यकता होती है , वैसे ही अज्ञान की काली निशा मे इधर-उधर टकराते प्राणी को धर्मधर्म, तत्वातत्व और कर्तव्या-कर्तव्य का बोध पाने के लिए स्वाध्याय के दीपक की आवश्यकता होती है । ससार के करोडो मनुष्य स्वाध्याय के अभाव मे कीड़े, मूंगे और पशु-पक्षी की तरह धर्महीन जीवन बिताते हुए खुद दुःखी होते और दूसरो को भी दुखी करते है । राजनीति कठोरतम दण्ड देकर परिजनो से अलग रख कर अपराधियो को अपराधमुक्त करना चाहती है । सरकार की नीति है—एक की कठोर यातना देखकर दूसरे वैसा अपराध नहीं करेगे । परन्तु इतिहास बताता है कि दण्डनीति के विकास के साथ ही अपराध और अपराधियो की संख्या भी शिक्षा और विज्ञान के सहयोग से नित नये रंग दिखा रही है । आज तो अपराधी को दण्ड का भय ही कम हो रहा है । मरने को खेल समझा जा रहा है । दूसरो की हत्या करके खुद को गोली मारने वालो की कमी नहीं है । क्योंकि दण्ड से अपराधियो का मन नहीं बदला ।

सद्ग्रन्थो के स्वाध्याय से प्राप्त धार्मिक संस्कार मन पर असर करते है । इससे आदमी की भावना मे परिवर्तन होता है । हजारो हत्यारे चोर-डाकू का घन्घा छोडकर भगवत् भक्ति के सात्त्विक मार्ग पर अग्रसर हो जाते है । वर्तमान मे सर्वोदयी कार्यकर्ताओ के प्रचार से चम्बल घाटी के कई अपराधी भी अपराधमुक्त जीवन यापन करते है । और गीता,

स्वा

ध्या

य क्यो ? किसलिये ?

ॐ आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज

□ स्वाध्याय से सदसद् का ज्ञान होता है ।

□ ज्ञान-बल से आत्मा में स्थिरता और समाधिभाव की वृद्धि होती है ।

□ स्वाध्याय से मन के सस्कार शुद्ध होते हैं ।

जिज्ञासु बन्धुओं को ओर से प्रश्न होता है कि आज के आधुनिक समाजिक व्यस्तता भरे जीवन में आध्यात्मिक द्रव्यों के स्वाध्याय का इतना प्रचार क्यों किया जाता है ? इससे व्यक्तिगत और सामूहिक क्या लाभ है ? जब तक स्वाध्याय का प्रयोजन अच्छी तरह स्पष्ट नहीं हो तब तक पाठकों की इस ओर रुचि नहीं बढ़ सकेगी । जैन धर्म की हर प्रवृत्ति सहेतु होती है । जैसे कोई भी व्रत-नियम या साधना-आराधना बिना हेतु के नहीं होती वैसे स्वाध्याय भी बिना हेतु के नहीं है । ससारी जीव अनादि काल से विषय-रूपाय और दुर्व्यसनो से भयकर रोग-शोक का कण्ट भोगते हुए भी विषय-कषाय का परित्याग नहीं कर पाते । वृत्तिक स्वेच्छा से विष भक्षण कर रहे हैं । मानव की ज्ञान चेतना दबी हुई है । वह मोह मदिरा में सत्या-सत्य का भान भूल बैठा है । जब तक मानव की ज्ञान चेतना अनावृत न हो जाय तब तक विचार और आचार की मलिनता नहीं मिट सकती ।

स्वाध्याय ही ऐसा एक अमोघ उपाय है जो ज्ञानावरणीय कर्म के आवरण को काट सकता है । जैनागम उत्तराध्ययन सूत्र में स्वाध्याय का फल बताते कहा है कि—

सञ्ज्ञाएण नाणावरणिज्जं कम्म खवेइ । —उत्तरा १६/१८

स्वाध्याय से जीव ज्ञानावरणीय कर्म का क्षय करता है।

दशवैकालिक सूत्र के हवे विनयसमाधि अध्ययन में श्रुत अर्थात् स्वाध्याय को भी समाधि का कारण कहा है।

सर्वप्रथम सम्यक् श्रुत के अध्ययन से जड़ चेतन का ज्ञान होता है फिर ज्ञान से आत्म तत्व की महिमा और स्वरूप को जान लेने से चित्त-वृत्तियाँ स्वरूप में स्थिर हो जाती हैं। ज्ञान बल से स्वयं धर्म में स्थिर होता और दूसरे अस्थिर आत्मा को भी स्थिर करता है। जैसा कि कहा है—  
ठिओ पर ठावइस्सामित्ति अज्झाययव्व ॥४॥

स्वाध्याय से शास्त्र का ज्ञान होता है। तत्वाथ का ज्ञान होने से भौतिक पदार्थों से विरक्ति होती है। विरक्ति से स्वयं एकाग्र होकर दूसरो को भी स्थिर कर देता है। इसलिए शास्त्रकारों ने स्वाध्याय को सब दुःख दूर करने वाला कहा है।

स्वाध्याय एक दीपक है

अमावस की घोर अँधियारी में सामने खड़ा व्यक्ति भी पहचाना नहीं जाता, वहाँ दीपक की आवश्यकता होती है, वैसे ही अज्ञान की काली निशा में इधर-उधर टकराते प्राणी को धर्माधर्म, तत्वातत्व और कर्तव्या-कर्तव्य का बोध पाने के लिए स्वाध्याय के दीपक की आवश्यकता होती है। ससार के करोड़ों मनुष्य स्वाध्याय के अभाव में कीड़े, मूंगे और पशु-पक्षी की तरह धर्महीन जीवन बिताते हुए खुद दुःखी होते और दूसरो को भी दुःखी करते हैं। राजनीति कठोरतम दण्ड देकर परिजनो से अलग रख कर अपराधियों को अपराधमुक्त करना चाहती है। सरकार की नीति है—एक की कठोर यातना देखकर दूसरे वैसा अपराध नहीं करेंगे। परन्तु इतिहास बताता है कि दण्डनीति के विकास के साथ ही अपराध और अपराधियों की संख्या भी शिक्षा और विज्ञान के सहयोग से नित नये रंग दिखा रही है। आज तो अपराधी को दण्ड का भय ही कम हो रहा है। मरने को खेल समझा जा रहा है। दूसरो की हत्या करके खुद को गोली मारने वालों की कमी नहीं है। क्योंकि दण्ड से अपराधियों का मन नहीं बदला।

सद्ग्रन्थों के स्वाध्याय से प्राप्त धार्मिक संस्कार मन पर असर करते हैं। इससे आदमी की भावना में परिवर्तन होता है। हजारों हत्यारों चोर-डाकू का धन्या छोड़कर भगवत् भक्ति के सात्विक मार्ग पर अग्रसर हो जाते हैं। वर्तमान में सर्वोदयी कार्यकर्ताओं के प्रचार से चम्बल घाटी के कई अपराधी भी अपराधमुक्त जीवन यापन करते हैं। और गीता,

रामायण आदि सद्ग्रन्थों का पाठ करते हुए शान्ति से अपना सुखमय समय बिता रहे हैं।

सत्साहित्य के पठन-पाठन और सत्संग से हजारों विदेशी भी मासाहार का परित्याग कर शुद्ध शाकाहारी जीवन बिता रहे हैं। वहाँ भी शाकाहार का प्रचार करने वालों की कई संस्थाएँ चल रही हैं। यह परिवर्तन सत्संग और स्वाध्याय का ही फल है। भारत देश जो किसी दिन राम, कृष्ण और महावीर की तपोभूमि था, यहाँ के निवासी लाखों की संख्या में आज आर्यसंस्कृति को भूल कर मांस, मछली और शराब का स्वयं बेहूत इस्तेमाल करने और दूसरों में प्रचार करते हैं। ऐसा क्यों ? तो कहना होगा कि हमारी शिक्षा और सगति बदल गई। स्वाध्याय का स्थान सिनेमा ने ले लिया। सरकार और उसके प्रचार साधन भी इसी प्रकार का प्रचार करते हैं। ऐसे समय में देश की पवित्र संस्कृति, अहिंसा सत्य और सदाचार का यदि रक्षण करना है तो धर्मप्रेमी जनता को अपने कदमों पर खड़े होकर घर-घर और गाँव-गाँव सद् साहित्य के स्वाध्याय का संगठित रूप से प्रचार प्रसार करना होगा। ऋषियों ने कहा है कि—  
“स्वाध्यायान्मा प्रमद ।” अर्थात् स्वाध्याय में प्रमाद मत करो। स्वाध्याय का महत्व जैन-जैनतर सभी सम्प्रदायों ने स्वीकार किया है। समाज में धार्मिक संस्कारों को कायम रखने के लिए स्वाध्याय ही एकमात्र स्थाई साधन है।

हिन्दू समाज—वेद और गीता, मुस्लिम समाज—कुरान, इसाई—बाईबल, बौद्ध त्रिपिटक आदि का नित्य अध्ययन करते हैं वैसे ही जैन समाज के लिए भी आगम शास्त्र का नित्य स्वाध्याय आवश्यक है।

जैनाचार्यों ने गृहस्थ के षट् कर्मों से देवभक्ति और गुरु सेवा के समान स्वाध्याय को भी अनिवार्य माना है। जैसा कि कहा है—

देवार्चा गुरुशुश्रूषा, स्वाध्याय सयम तप ।

दान चेति गृहस्थानां षट्कर्माणि दिने दिने ॥

गृहस्थ के लिए देवभक्ति १, गुरुसेवा २, स्वाध्याय ३, सयम ४, तप ५ और दान ६ इन षट्कर्मों को नित्य करणीय कहा है।

शरीर को अन्न जल की तरह आत्म-पोषण के लिए स्वाध्याय आदि का आराधन करना चाहिए। अन्न के बिना तन की तरह स्वाध्याय के बिना मन का दुर्बल होना निश्चित है।

१ स्वाध्याय धर्मस्थान का प्राण और घर का दीपक है। धर्म गुरुओं की अनुपस्थिति में भी स्वाध्याय गुरु की शिक्षा को याद दिलाता है।



२ स्वाध्याय श्रद्धा को पुष्ट करने वाला है। स्वाध्याय धर्मध्यान का प्रमुख आलम्बन और चित्तशुद्धि का कारण है। स्वाध्याय से ज्ञान की वृद्धि होती है। अतः विद्वानों ने कहा है कि विद्या गुरुणा गुरु। विद्या गुरु का भी गुरु है।

चपा नगरी के सुबुद्धि प्रधान ने राजा जितशत्रु को धर्म का उपदेश देकर श्रावक बना लिया। राजा उसको अपना उपकारी गुरु मानने लगा। यह स्वाध्याय का ही फल है।

साधु-साध्वियों के लिए तो दिन रात के प्रथम और चतुर्थ प्रहर में स्वाध्याय का शास्त्रीय खुला विधान है। परन्तु श्रावक भी सूत्र या अर्थ रूप से शास्त्र वाणी का प्रतिदिन पठन-पाठन करे, यह जरूरी बताया गया है।

वर्तमान काल में स्वाध्याय की रुचि कम होने से समाज धर्म से अनभिज्ञ होता जा रहा है। अतः समाज को फिर स्वाध्यायशील बनाने के लिए जिनशासन के हितैषी सन्तों ने व्यापक रूप से सद् साहित्य के स्वाध्याय की प्रेरणा और प्रचार प्रसार को तेज किया है।



#### कथा चार प्रकार की

चउव्विहा कहा पणत्ता —

१ अक्खेवणी

२ विक्खेवणी

३ सवेयणी

४ णिव्वेदणी

—स्थानाग सूत्र ४। सूत्र २४२

कथा चार प्रकार की कही गई—

१ आलोपणी—ज्ञान और चारित्र के प्रति आकर्षण उत्पन्न करने वाली कथा

२ विक्षेपणी—सन्मार्ग की स्थापना करने वाली कथा

३ सवेजनी—जीवन की नश्वरता और दुख बहुलता तथा शरीर की अशुचिता दिखाकर वैराग्य उत्पन्न करने वाली कथा

४ निर्वेदनी—कृत कर्मों के शुभाशुभ फल दिखला कर समार के प्रति उदासीन बनाने वाली कथा

(‘आगम मुक्ता’ से साभार)

## स्वाध्याय ही चक्षु है

—मुनिश्री कन्हैयालाल जी 'कमल'

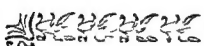


स्वाध्याय चक्षु है, अपनी आँख है इसलिए स्वयं स्वाध्याय करो ।

उज्जयिनी नगरी में 'सोमिल' नाम का एक व्यक्ति रहता था । वह अधा हो गया था । उसके आठ पुत्र थे, आठ पुत्रवधुएँ थीं । पुत्रों ने कहा—आँखों की शल्य-चिकित्सा (आपरेशन) करवाले । सोमिल ने कहा—तुम्हारी, तुम्हारी बहुओं की, तुम्हारी माता की तथा स्वजन-परिजनो की आँखें हैं, मेरे लिए पर्याप्त हैं ।

एक दिन घर में आग लग गई । सभी प्राण बचाने के लिए भागे । पर उसे निकालना भूल गये । वह रोता-कलपता घर में ही जल मरा ।

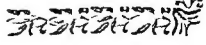
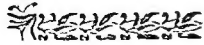
गुरु ने कहा—शिष्यो ! यदि तुम स्वयं स्वाध्याय नहीं करोगे और दूसरों के स्वाध्याय से ही लाभ उठाना चाहोगे तो प्रमाद में पड़े-पड़े इस ससार-दावानल में दग्ध हो जाओगे । क्योंकि स्वाध्याय ही ससार दावानल से बचाने वाला चक्षु है ।



□ किसी बीमारी के कारण शरीर में अत्यन्त दुर्बलता/अशक्तता आ जाने पर चिकित्सक रोगी को ग्लूकोज आदि की बोतल चढ़ाता है । जिससे रोगजन्य प्रभाव भी कम हो जाता है, और रोग से लड़ने की क्षमता (प्रतिरक्षा शक्ति) भी प्राप्त होती है ।

अज्ञान एवं कुसंस्कारों से ग्रस्त आत्मा को भी स्वाध्याय रूपी ग्लूकोज चढ़ाने से मोह एवं कषायों की उग्रता कम होती है । राग-द्वेष के कुसंस्कारों की कटुता का दुष्प्रभाव कम होता है तथा विकल्प एवं वासना रूप रोगों से लड़ने में लिए स्थिरता तथा समाधि रूप शक्ति प्राप्त होती है ।

—श्रीचन्द मुराना 'सरस'



साधनामय जीवन के विकास में स्वाध्याय, ध्यान और कायोत्सर्ग का बड़ा महत्व है। अतः यहाँ इन पर विशेष प्रकाश डाला जा रहा है—

स्वाध्याय शब्द स्व और अध्याय इन दो पदों के मिलन से बना है। स्व का अर्थ है, अपना और अध्याय का अर्थ है—अध्ययन करना, जानना अर्थात् “स्वयं को जानने की क्रिया” स्वाध्याय है।

‘स्व’ वह है जो सदा साथ रहे, कभी अलग न हो, जो साथ न रहकर अलग हो जाता है, उसे अन्य या पर कहा जाता है। जो अन्य नहीं है, अनन्य है, वही ‘स्व’ है। इस दृष्टि

दुः  
ख  
सु  
ख  
का  
उ  
पा  
य

में विचार करें तो जिम धन, धाम, पत्नी व पण्डित को अपना मानते हैं, वे भी पर ही हैं, अन्य ही हैं, क्योंकि जीवन में किसी भी समय अथवा मृत्यु आने पर इनका साथ छूट ही जाता है। यही बात शरीर पर भी घटित होती है, अतः वन, जन ही नहीं तन भी पर ही है।

जीव ज्ञान स्वभाव वाला है, अतः जानने का कार्य अर्थात् कोई न कोई विचार निरन्तर चलता रहता है। जानने का यह कार्य तब तक प्रतिक्षण चलता रहता है, जब तक कि कुछ भी जानना शेष है। जब कुछ भी जानना शेष नहीं रहता अर्थात्

स्वा ध्या य त्र य

□ प्रा. कठहैयालाल लोढा एम. ए.

अशेष ज्ञान हो जाता है, तो जानने का कार्य समाप्त होता है, अशेष ज्ञान होना ही सर्वज्ञता है।

विचारणीय तो यह है कि जीव अनन्त काल से बराबर जानने या विचारने का कार्य करता आया है। परन्तु जानने का कार्य अभी तक पूरा नहीं हुआ है। इससे यह सिद्ध होता है कि जीव की “जानने की क्रिया” सही नहीं है। क्योंकि सही क्रिया वह है, जो सफल हो अर्थात् जिसके करने

## स्वाध्याय ही चक्षु है

—मुनिश्री कन्हैयालाल जी 'कमल'



स्वाध्याय चक्षु है, अपनी आँख है इसलिए स्वयं स्वाध्याय करो ।

उज्जयिनी नगरी में 'सोमिल' नाम का एक व्यक्ति रहता था । वह अंधा हो गया था । उसके आठ पुत्र थे, आठ पुत्रवधुएँ थीं । पुत्रों ने कहा—आँखों की शल्य-चिकित्सा (आपरेशन) करवाले । सोमिल ने कहा—तुम्हारी, तुम्हारी बहुओं की, तुम्हारी माता की तथा स्वजन-परिजनो की आँखें हैं, मेरे लिए पर्याप्त है ।

एक दिन घर में आग लग गई । सभी प्राण बचाने के लिए भागे । पर उसे निकालना भूल गये । वह रोता कलपता घर में ही जल मरा ।

गुरु ने कहा—शिष्यो ! यदि तुम स्वयं स्वाध्याय नहीं करोगे और दूसरों के स्वाध्याय से ही लाभ उठाना चाहोगे तो प्रमाद में पड़े-पड़े इस ससार-दावानल में दग्ध हो जाओगे । क्योंकि स्वाध्याय ही ससार दावानल से बचाने वाला चक्षु है ।



□ किसी बीमारी के कारण शरीर में अत्यन्त दुर्बलता/अशक्तता आ जाने पर चिकित्सक रोगी को ग्लूकोज आदि की बोतल चढ़ाता है । जिससे रोगजन्य पणाव भी कम हो जाता है, और रोग से लड़ने की क्षमता (प्रतिहार शक्ति) भी प्राप्त होती है ।

अज्ञान एवं कुसंस्कारों से ग्रस्त आत्मा को भी स्वाध्याय रूपी ग्लूकोज चढ़ाने से मोह एवं कषायों की उग्रता कम होती है । राग द्वेष के कुसंस्कारों की कटुता का दुष्प्रभाव कम होता है तथा विकल्प एवं वासना रूप रोगों से लड़ने में लिए स्थिरता तथा समाधि रूप शक्ति प्राप्त होती है ।

—श्रीचन्द्र मुरारि 'सरस'

साधनामय जीवन के विकास में स्वाध्याय, ध्यान और कायोत्सर्ग का बड़ा महत्व है। अतः यहाँ इन पर विशेष प्रकाश डाला जा रहा है—

स्वाध्याय शब्द स्व और अध्याय इन दो पदों के मेल से बना है। स्व का अर्थ है, अपना और अध्याय का अर्थ है—अध्ययन करना, जानना अर्थात् “स्वयं को जानने की क्रिया” स्वाध्याय है।

‘स्व’ वह है जो सदा साथ रहे, कभी अलग न हो, जो साथ न रहकर अलग हो जाता है, उसे अन्य या पर कहा जाता है। जो अन्य नहीं है, अनन्य है, वही ‘स्व’ है। इस दृष्टि

दुः  
ख  
मु  
क्ति  
का  
उ  
पा  
य

में विचार करें तो जिस धन, धाम, पत्नी व पण्डित को अपना मानते हैं, वे भी पर ही हैं, अन्य ही हैं, क्योंकि जीवन में किसी भी समय अथवा मृत्यु आने पर इनका साथ छूट ही जाता है। यही बात गरीब पर भी घटित होती है, अतः धन, जन ही नहीं तन भी पर ही है।

जीव ज्ञान स्वभाव वाला है, अतः जानने का कार्य अर्थात् कोई न कोई विचार निरन्तर चलता रहता है। जानने का यह कार्य तब तक प्रतिक्षण चलता रहता है, जब तक कि कुछ भी जानना शेष है। जब कुछ भी जानना शेष नहीं रहता अर्थात्

स्वा ध्या य त्र य

□ प्रा. कठहैयालाल लोढा एम. ए.

अशेष ज्ञान हो जाता है, तो जानने का कार्य समाप्त होता है, अशेष ज्ञान होना ही सर्वज्ञता है।

विचारणीय तो यह है कि जीव अनन्त काल से बराबर जानने या विचारने का कार्य करता आया है। परन्तु जानने का कार्य अभी तक पूरा नहीं हुआ है। इससे यह सिद्ध होता है कि जीव की “जानने की क्रिया” सही नहीं है। क्योंकि सही क्रिया वह है, जो सफल हो अर्थात् जिसके करने

मे उद्देश्य या लक्ष्य की प्राप्ति हो जावे, फिर कुछ करना शेष न रहे। जिस क्रिया के करने से कार्य में सफलता न मिले, उस क्रिया का करना व्यर्थ या मिथ्या है, वह क्रिया सही नहीं है। जैसे सही दवा का उपचार वह है, जिससे रोग मिट जावे, दवा और उपचार करने की आवश्यकता न रहे। इसी प्रकार जानने या चित्तन की सही क्रिया वह है, जिससे जिज्ञासा की पूर्ति हो जाय, जानना शेष न रहे।

अनन्तकाल से जानने की क्रिया या प्रयत्न बराबर करते रहने पर भी अभी तक अज्ञानता ज्यो की त्यो विद्यमान है। इससे यह परिणाम निकलता है कि जानने की क्रिया सही (सम्यक्) रूप में नहीं हो रही है। और यही वास्तविकता भी है। कारण कि हमने जब भी जानने का प्रयत्न किया तब उसी को जानने का प्रयत्न किया जो पर है, अन्य है, नश्वर है। परन्तु स्व को, शाश्वत को, ध्रुव को जानने का प्रयत्न ही नहीं किया, अर्थात् स्वाध्याय कभी नहीं किया। स्वाध्याय के नाम पर पर का या अन्य का अध्ययन ही किया है, क्योंकि पर को ही स्व (निज) रूप मान रहे हैं। इसी भूल के परिणाम से प्राणी दुखी हो रहे हैं, ससार परिभ्रमण व जन्म-मरण कर रहे हैं। अतः इस भूल का अन्त करना अति आवश्यक है। इस भूल का अन्त तब ही सम्भव है, जब स्व और पर के यथार्थ स्वरूप को समझा जाये, स्व को पर से भिन्न समझा जाय। जैसा कि आचार्य पूज्यपाद ने इष्टोपदेश में कहा है—

जीवोऽन्य पुद्गलाश्चान्य इत्यसौ तत्त्वसग्रह ।

यदन्यदुच्यते किञ्चित् सोऽस्तु तस्यैव विस्तर ॥

—इष्टोपदेश ५० ॥

अर्थात् जीव पौद्गलिक शरीर से भिन्न है और पुद्गल जीव से भिन्न है। यही ज्ञान तत्त्व का सग्रह है। इसके अतिरिक्त जो कुछ भी कहा जाता है, वह सब इसी का विस्तार है।

पर से स्व का, अनुभव के स्तर पर भिन्नता का साक्षात्कार करना या दर्शन करना जैनदर्शन में भेद-विज्ञान कहा गया है। इससे ग्रन्थिभेदन होता है। पर के साथ स्व का वन्धन (सम्बन्ध) होना ही ग्रन्थि है। इस ग्रन्थि के भेदन का अनुभव ही सम्यग्ज्ञान है, सच्चा स्वाध्याय है।

भेदविज्ञान से जैसे-जैसे पर के सम्बन्ध का छेदन होता जाता है, वैसे वैसे साधक स्वतः स्व में स्थित (स्थिर) होता जाता है, अर्थात् स्व-स्थ होता जाता है। स्व-स्थ होना ही ध्यान है। स्वाध्याय से ध्यान की सिद्धि

होती है। और ध्यान से कायोत्तमर्ग (देहातीत अवस्था) की सिद्धि होती है। स्व-स्थ होना निरोगता, निर्विकारता का द्योतक है। विकार का ही दूसरा नाम पाप या दुष्कर्म है। विकार भाव का दूर करना पाप भाव का दूर करना है। अपाप भाव होना है। विकार ही अपना अरि है, वैरी है। अतः विकारो से त्राण पाना ही सच्चा त्राण है। विकार का क्षय ही पाप का या कर्ममल का क्षय है। इसी तथ्य को दशवैकालिक भूत में बड़े सुन्दर रूप में कहा है—

सज्ज्ञाय सुज्ज्ञाणरयस्स ताडणो, अपावभावस्स तवे-रयस्स ।

विमुज्झई जसि मल पुरेकड, समीरिय रूपमल व जोइणा ॥

—दशवै० अ० ८ गाथा ६३

अर्थात् जैसे अग्नि से तपाये जाने से चाँदी-सोने का मल शुद्ध होता है, वैसे ही स्वाध्याय और ध्यान में रत रहने रूप तप में अपापभाव वाले के पूर्वकृत कर्ममल विशुद्ध हो जाता है।

किसी विषय या वस्तु के अध्ययन के लिए यह आवश्यक है कि उसमें सम्बन्ध स्थापित किया जाये। यही बात स्वाध्याय के लिए भी चरितार्थ होती है। स्वाध्याय है, स्व का अध्ययन करना। स्व के अध्ययन के लिए स्व से जुड़ना आवश्यक है। स्व से जुड़ना तभी सम्भव है, जब पर का जोड़ (जुड़ना) छोड़े, पर का सम्बन्ध तोड़े। पर से जोड़ होने का कारण है, पर से सुख का भोग करना। पर से सुख चाहने से पर से सम्बन्ध स्थापित होता है। जिससे पर की चर्चा, पर का चिन्तन, पर की चाह, पर की प्राप्ति की प्रवृत्ति होती है। पर की चर्चा, चिन्तन, चाह व प्रवृत्ति पराध्याय है। आगम में पर की चाह, व चिन्तन को आर्तध्यान और पर की चर्चा को विकथा कहा है तथा आर्तध्यान और विकथा साधक के लिए त्याज्य कहा है। पर की चाह, चिन्तन व चर्चा रूप पराध्याय के त्याग से स्वतः स्व (आत्म) चिन्तन और स्व (आत्म) चर्चा होने लगती है। (स्व-चिन्तन, स्व-चर्चा, अर्थात् आत्म-चिन्तन और आत्म-चर्चा स्वाध्याय है)।

स्व-चर्चा और स्व-चिन्तन से स्व में स्थिरता रूप ध्यान की सिद्धि होती है। इस दृष्टि से स्व-चर्चा और स्व-चिन्तन रूप स्वाध्याय का साधना के क्षेत्र में बड़ा महत्व है। पर जब तक स्व-चर्चा और स्व-चिन्तन रूप स्वाध्याय है, तब तक ध्यान नहीं होता। कारण कि चर्चा में जित्ना और चिन्तन में मन का आश्रय लेना पड़ता है। जित्ना और मन भी पः

(विनाशी) हैं। अतः इनका आश्रय पराश्रय है। जहाँ पराश्रय है, वहाँ स्व में स्थित (स्थिर) होना नहीं है, अर्थात् ध्यान नहीं है। फिर भी स्वचर्चा और स्व-चिन्तन रूप स्वाध्याय का महत्व कम हो, सो बात नहीं है, इसे एक उदाहरण से समझे—

जैसे किसी व्यक्ति को घूम्रपान या मदिरा सेवन से शारीरिक रोग (विकार) उत्पन्न हुआ, वह अस्वस्थ हो गया। उस व्यक्ति के लिए वह रोग (विकार) बुरा है, हेय है, त्याज्य है। उस विकार को दूर करने के लिए औषधि सेवन आवश्यक है। इस दृष्टि से औषधि उपादेय है, औषधि का महत्व है, परन्तु जब वह विकार मिट जाता है, अर्थात् व्यक्ति स्वस्थ हो जाता है तो उसे औषधि लेने की आवश्यकता नहीं रहती, फिर औषध न लेने में ही उसका हित है। इसी प्रकार व्यक्ति विषय-विकार में ग्रस्त है, उसमें चर्चा और चिन्तन का राग है, तब तक उसके लिए पर-चर्चा और पर-चिन्तन रूप राग की मदिरा से हटकर परहेज कर स्व-चर्चा और स्व-चिन्तन रूप स्वाध्याय औषधि का सेवन आवश्यक है, यह साधनावस्था है। जब स्वाध्याय औषधि के फलस्वरूप स्व-स्थ (ध्यान) अवस्था को प्राप्त कर लेता है, तब स्व-चिन्तन स्व-चर्चा रूप औषधि सेवन करने की आवश्यकता नहीं रहती। इस प्रकार स्वाध्याय से ध्यान की उपलब्धि होती है। स्वाध्याय कारण है, और ध्यान कार्य।

ध्यान का अर्थ है चित्त को सर्व ओर से हटाकर स्व में स्थित करना। स्व का दर्शन करना। स्व का दर्शन करना ही सत्य का दर्शन करना है। मृत्यु अर्थात् जो जैसा है, उसके वास्तविक स्वरूप ही का अनुभव करना। और उस अनुभव के प्रभाव से राग-द्वेषादि दोषों से दूर होना, सत्य का दर्शन ही सम्यग्दर्शन है। ध्यान में चित्त शान्त और समत्व भाव को प्राप्त होता है जिससे शरीर के ऊपरी एवं भीतरी भाग और उन पर होने वाली संवेदनाओं का अनुभव होता है। तो वहाँ पर सतत् उत्पाद-व्यय स्पष्ट अनुभव होता है, चित्त को देखने पर यह उत्पाद-व्यय और भी अधिक द्रुतगामी से होता हुआ अनुभव होता है। ध्यान में जितना-जितना नमता व सूक्ष्मता के क्षेत्र की गहगई में प्रवेश होता जाता है, यह उत्पाद-व्यय उतनी ही अधिक शीघ्रता में होता हुआ अनुभव होता जाता है। यहाँ तक कि एक पल में लाखों करोड़ों बार से भी अधिक उत्पाद-व्यय होता दिखाई देता है। जो इतना परिवर्तनशील नश्वर है, जिसका अस्तित्व क्षण भर के लिए भी नहीं है। ऐसे क्षणभंगुर शरीर व ससार के प्रति



कौन पुरुष राग, द्वेष, मोह करना पसन्द करेगा ? अर्थात् कोई नहीं करेगा ।

अतः बुद्धिमान प्रज्ञावान् पुरुष उत्पाद-व्यय जगत से अपने को भिन्न ध्रुव अनुभव कर शरीर, ससार, परिवार आदि के प्रति राग-द्वेष-मोह छोड़कर स्वानुभव की ओर बढ़ता जाना है। यही स्वानुभव की वृद्धि सच्चे अर्थ में ध्यान है। जब सर्व पर या अन्य पदार्थों और मूढ मशरीर से भी सम्बन्ध छूट जाता है, तो पूर्ण स्वानुभव हो जाता है, यही पूर्ण कायोत्सर्ग रूप साधना की परिसमाप्ति है। यही सर्वज्ञता की प्राप्ति है। इस प्रकार ध्यान कायोत्सर्ग पर से भी हटने, निवृत्त होने रूप से समय या मवर है, और ग्रन्थियो (कर्मों) के तोड़ने—क्षय करने के रूप में निर्जरा है। इसलिए ही स्वाध्याय, ध्यान और कायोत्सर्ग को निर्जरा के आभ्यन्तर भेदों में स्थान दिया गया है। सवर और निर्जरा रूप होने से ये साधना है, धर्म है।

साधक का साध्य है, दुःख से आत्यंतिक मुक्ति, अविनाशी सुख की उपलब्धि। सुख का कारण है, शरीर और ससार (लोक) से अतीत होना अर्थात् देहातीत और लोकातीत होना। स्व में स्थित होना ससार से परे हटना है। लोकातीत होना है। स्व में स्थित होने रूप ध्यान का परिणाम है कायोत्सर्ग अर्थात् देहातीत होना।

इसीलिए कायोत्सर्ग को कर्म निर्जरा की साधना—आभ्यन्तर तप में चरम स्थान दिया गया है।/ इस प्रकार स्वाध्याय से ध्यान की और ध्यान से कायोत्सर्ग की सिद्धि होती है।/ ध्यान से लोकातीत और कायोत्सर्ग से देहातीत अवस्था की उपलब्धि में कारणभूत है। आत्यंतिक रूप में लोकातीत और देहातीत होना ही मुक्ति है। सिद्धत्व की प्राप्ति है। आंतरिक स्वस्थता का सुख विषय-विकार के सुख से निराला है। स्व (अविनाशी) में प्रकट होने से अविनाशी है। इसमें भी अनन्त गुणा अक्षय सुख मुक्ति का है।

इस प्रकार स्वाध्याय, ध्यान और कायोत्सर्ग साधना से शरीर, ससार, तथा दुःख से मुक्ति एवं शान्ति, स्वस्थता, अक्षय अव्याबाध सुख की उपलब्धि होती है।



## पंचमुखी स्वाध्याय दीपक

पंचमुखी दीपक की यह विशेषता है कि उसमें चार बाती चारों ओर तर्फ तथा एक बाती ऊर्ध्वमुखी होने से चारों दिशाओं में भी आलोक फैल जाता है और ऊपर भी। यो दीपक के परि-पार्श्व में सम्पूर्ण आलोक छवि व्याप्त हो जाती है। स्वाध्याय रूप पंचमुखी दीपक की भी यही विशेषता है। यह जीवन के सम्पूर्ण क्षेत्र को प्रकाशित करता है। विवेक के आलोक से जगमगा देता है।

—सम्पादक



स्वाध्याय का स्वरूप, प्रकार और लाभ

सज्ज्ञाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! स्वाध्याय करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

सज्ज्ञाएण नाणावरणिज्ज कम्म खवेइ ।

स्वाध्याय करने से ज्ञानावरणीय कर्म का क्षय होता है ।

(१) वायणाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! वाचना करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

वायणाएण निज्जर जणयइ । सुयस्स व अणुसज्जणाए अणासाय-णाए वट्ठए । सुयस्स अणुसज्जणाए अणासायणाए वट्ठमाणे तित्थ-धम्म अवलम्बइ । तित्थ धम्म अवलम्बमाणे महानिज्जरे महापज्जवसाणे भवइ ।

सूत्र पाठ की वाचना देने या ग्रहण करने से जीव कर्मों की निर्जरा करता है, और वाचना से वाचक का, श्रुत के साथ अनुकूल सम्बन्ध होता है। और स्वाध्यायी अनाशातना रूप विनय में प्रवर्तमान होता है। जब श्रुत भक्ति और अनाशातना रूप विनय में प्रवर्तमान होता है, तब तीर्थ-

ग्रहों का अवलम्बन करते हुए स्व-पर के लिए महती निर्जंग और महान ससार का अन्त करने वाला होता है ।

(२) पडिपुच्छणयाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! प्रतिपृच्छा करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

पडिपुच्छणयाए ण सुत्तथ-तदुभयाइ विसोहेइ । कप्पामोहणिज्ज कम्म वोच्छिन्दइ ।

प्रतिपृच्छा करने से जीव मृत, अर्थ और तदुभय को अधर, मात्रा आदि से शुद्ध करता और काक्षा मोहनीय कर्म का नाश करता है ।

(३) परियट्ठणाए ण भन्ते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! परिवर्तना पाठ की आवृत्ति करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

परियट्ठणाए ण वज्जणाइ जणयइ वज्जणल्लोद्ध च उप्पाएइ ।

सूत्र-पाठ के पुन पुन परिवर्तना से व्यजनों का स्पष्ट ज्ञान होता है । ज्ञान की स्पष्टता से किस पद में कितने व्यजन हैं, और किन-किन व्यजनों के संयोग से क्या अर्थ होता है ? इस प्रकार उपयोग की गहराई से व्यजन लब्धि प्राप्त होती है । यह परिवर्तना रूप स्वाध्याय का फल है ।

(४) अणुप्पेहाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! अनुप्रेक्षा-चिन्तन करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

अणुप्पेहाए आउयवज्जाओ सत्तकम्मप्पगडीओ घणियवन्धण वद्धाओ सिद्धिवावन्धणवद्धाओ पकरेइ । दीहकालट्ठिइयाओ हस्सकाल-ट्ठिइयाओ पकरेइ । तिब्बाणुभावाओ मन्दाणुभावाओ पकरेइ (बहुप्प-सग्गाओ अप्पपएसग्गाओ पकरेइ ।) आउय च ण कम्म सिय वन्धइ सिय नो वन्धइ । असायावेयणिज्ज च ण कम्म नो भुज्जो-भुज्जो उवचिणाइ । अणाइय च ण अणवदग्ग दीहमद्ध चाउरन्त ससारकन्तार खिप्पामेव वोइवयइ ।

अनुप्रेक्षा में चिन्तन की गहराई से स्वाध्यायी आयु कर्म को छोड़कर सात प्रकृतियों का यदि दृढ़ बन्धन से बँधी हो तो उनको शिथिल बन्धन वाली करता है । दीर्घकाल की स्थिति वाली प्रकृतियों को अल्प स्थिति वाली करता है । तीव्र रस वाली प्रकृतियों को मन्द रस वाली करता है । और अधिक प्रदेश वाली प्रकृतियों को अल्प प्रदेश वाली करता है । आयुकर्म कदाचित् बाँधता है, कदाचित् नहीं, और अध्यवसायो-

मे क्लुषित पना नही रहने से असातावेदनीय कर्म का बार-बार उपचय (सग्रह) नही करता है। अन्त मे अनादि अनन्त-दीर्घमार्ग वाले चतुर्गति ससार कान्तार का जल्दी ही अन्त कर देता है।

(५) धम्मकहाए ण भते । जीवे किं जणयइ ?

हे भगवन् ! धर्मकथा करने से जीव को क्या लाभ होता है ?

धम्मकहाए ण निज्जर जणयइ । धम्मकहाए ण पवयण पभावेइ ।  
पवयण पभावेण जीवे आगमेसस्स भट्ठाए कम्म निबन्धइ ।

धर्मकथा करने से जीव कर्मों की निर्जरा करता है। और धर्म के मर्म को विविध दृष्टियों से समझा कर प्रवचन की प्रभावना करता है, प्रवचन (शुद्ध वीतराग मार्ग) की प्रभावना से जीव भविष्य में भद्रमन के (हल्के) कर्मों का बन्ध करता है।

इस प्रकार बड़ी-बड़ी तपस्या और ध्यान से जो आत्मगुण की प्राप्ति होती है, वह स्वाध्याय के द्वारा सहज ही प्राप्त हो जाती है। शास्त्रकारों ने स्वाध्याय की उच्च-स्थिति से चतुर्गतिक ससार को पार करने की बात भी बता दी है। इससे बढ़कर और क्या लाभ हो सकता है। इसलिए हमेशा स्वाध्याय करते रहना चाहिए। कहा भी है कि—  
'न स्वाध्यायान् पर तप' अर्थात् स्वाध्याय से बढ़कर अन्य कोई तप नहीं है।



ससारगड्ढपडितो णाणादवलवितु समारुहति ।

मोक्खतड जघ पुरिसो वल्लि वित्ताणेण विसमाओ ॥

—निशीथ भाष्य ४६५ ।

जिस प्रकार विषम गर्त में पड़ा हुआ व्यक्ति लता आदि को पकड़ कर ऊपर आता है, उसी प्रकार समार गर्त में पड़ा हुआ व्यक्ति ज्ञान (स्वाध्याय) आदि का आलम्बन लेकर मोक्ष रूपी किनारे पर आ जाता है।

# स्वाध्यायी का आदर्श जीवन

विचार-दृष्टि

आचार्य श्री हस्तीमल जी महाराज

विचार-सम्पादन

श्रीचन्द सुराना 'सरस'

जैसे ईसा ने कहा है—मनुष्य ससार का नमक है। इसी प्रकार स्वाध्यायी के विषय में कहा जा सकता है—वह मानव समाज का 'नमक' है। नमक ही सब रस में मूट्य है, वह सब का रस बदल सकता है। स्वाध्यायी नमक की तरह बहुत कम मिलते हैं किन्तु उनकी अल्प मात्रा ही पूरे समाज-जीवन को बदल सकती है। इसलिए आवश्यक है कि स्वाध्यायी का जीवन एक आदर्श जीवन हो। अध्यात्म और व्यवहार दोनों क्षेत्रों में उसकी भूमिका श्रेष्ठ हो। इस दृष्टि से परम श्रद्धेय आचार्य श्री हस्तीमल जी म०सा० द्वारा सूचित विचार एवं भावनाओं को यहाँ शब्दायित करके पाठकों के मनन/चिन्तन हेतु प्रस्तुत किया गया है।

स्वाध्याय सम्पूर्ण जीवन-विकास की कला

(स्वाध्याय एक तप है, साधना है कला है, विज्ञान है)। तप के रूप में यह विशुद्धिकारक है। साधना के रूप में यह मन वचन-काय तीनों योगों को स्थिर रखना—इन्हें साधने की शिक्षा देता है। कला के रूप में जीवन् को सर्वांगीण सुन्दर संस्कारयुक्त बनाता है, उपयोगी जीवन बनाने की प्रेरणा प्रदान करता है और विज्ञान के रूप में यह सर्वतोमुखी उन्नति और विकास का मार्ग प्रशस्त करता है तथा जीवन को अद्भुत आध्यात्मिक आलोक से भर देता है, आत्मिक उल्लास एवं आनन्द की अनुभूति करने में सक्षम बना देता है।

जीवन अखण्डित है

वस्तुतः जीवन कोई खण्डित वस्तु नहीं, एक समग्र अनुभूति है। और जो जीवन खण्डित होता है, विभिन्न प्रकार के भेद-प्रभेदों में विभाजित होता है, वह भग्न हो जाता है, निराश-कुठित बन जाता है, आशा का दीप उसमें नहीं जगमगाता, ज्योति नहीं जलती।

ऐसा नहीं है कि स्वाध्यायी का जीवन गुरु चरणों में, उपाश्रय में, स्वाध्याय करते समय एक प्रकार का हो तथा परिवार और समाज में दूसरे प्रकार का और व्यापार करते समय तीसरे प्रकार का ही। यह बहुरूपियापन स्वाध्यायी के जीवन में नहीं होता।

स्वाध्यायी का जीवन, उसका आचरण, व्यवहार, बोलचाल, वाणी-भाषा, वेश-भूषा, तन-मन-वचन की स्वच्छता सर्वत्र एक सी रहती है। उसका जीवन एक ऐसा आदर्श होता है, जो अपने सम्पर्क में आने वाले अन्य सभी लोगों के लिए प्रेरक बन जाता है।

स्वाध्यायी के लिए यह कहा जा सकता है—

स्व स्व चरित्र शिक्षेन् पृथिव्या सर्व मानवा ।

मानव समाज उससे अपने-अपने चरित्र की प्रेरणा-शिक्षा लेवे, ऐसा आदर्श होना चाहिए स्वाध्यायी का जीवन।

ऐसा आदर्श जीवन जीने वाला स्वाध्यायी कुछ विशिष्ट गुणों को ग्रहण कर लेता है, अथवा यो समझिये कि ये गुण स्वयं ही उसके जीवन में विकसित हो जाते हैं।

आन्तरिक बाह्य गुणों की अपेक्षा

ये गुण आन्तरिक भी होते हैं और बाह्य भी। जहाँ तक परिलक्षित होने का प्रश्न है—दोनों प्रकार के गुण स्पष्ट होते हैं, लोग उन्हें देख सकते हैं, जान सकते हैं, समझ सकते हैं।

यह विभाजन तो व्यक्ति की स्वयं की अपेक्षा से है।

स्वाध्यायी के विभिन्न प्रकार के गुण

आन्तरिक गुणों में हार्दिक और मानसिक गुणों की गणना की जा सकती है। ये गुण हैं—विनम्रता, दयालुता, अक्रूरता, दाक्षिण्यता, गुणानुरागता आदि।

बाह्य गुणों को दो भागों में विभाजित किया जा सकता है—वचन सम्बन्धी और शरीर सम्बन्धी। शरीर सम्बन्धी गुणों में ही वस्त्र, वेश-भूषा आदि भी परिगणित किये जा सकते हैं।

(२) वचन सम्बन्धी गुणो मे—मिष्ट शिष्ट भाषा अथवा सत्ययुक्त मीठी वाणी तो प्रमुख है ही, साथ ही परनिन्दा, पैशुन्य, अभ्याख्यान, कलह आदि से दूर रहना, कठोर मर्मघाती वचन न बोलना भी स्वाध्यायी का आवश्यक गुण है ।

(३) शरीर सम्बन्धी गुणो मे स्वच्छता प्रमुख है । स्वच्छता शरीर की तथा शरीर पर धारण किये जाने वाले वस्त्रो की । साथ ही स्वाध्याय करते समय आसन आदि की स्थिरता भी शरीर के आधार पर ही होती है ।

(४) विशिष्ट गुण भी आवश्यक है, जैसे स्वीकृत व्रत नियमो मे दृढता, कथनी और करनी की एकरूपता, दृढ श्रद्धा आदि ।

यह तो स्वाध्यायी के गुणो का नामोल्लेख मात्र है । इन गुणो से स्वाध्यायी का जीवन चमकना चाहिए । वह चमक तभी आ सकेगी जब स्वाध्यायी इन गुणो के स्वरूप को भली-भाँति समझकर अपने जीवन मे उनका उपयोग करेगा ।

इस सन्दर्भ मे कतिपय गुणो के बारे मे समझ लेना स्वाध्यायी के लिए उपयोगी होगा ।

(१) विनय—यह स्वाध्यायी के लिए अत्यावश्यक गुण है । उत्तराध्ययन सूत्र का प्रथम विनयश्रुत अध्ययन ही विनय का महत्व प्रदर्शित करता है । वहाँ स्पष्ट उल्लेख है कि विनयी शिष्य ही सूत्र और उनके अर्थो का ज्ञान प्राप्त कर पाता है तथा स्वाध्याय मे सक्षम होता है ।<sup>१</sup>

आचार्य रामसेन ने भी स्वाध्याय के द्वारा ही परमात्मस्वरूप उपलब्ध होने की बात कही है ।<sup>२</sup>

यह तो विनय का आध्यात्मिक फल है, किन्तु इसका लौकिक अथवा व्यावहारिक फल भी कम महत्व का नहीं है । विनयी व्यक्ति स्वय ही लोकप्रिय हो जाता है, सर्वत्र आदर और प्रशंसा पाता है । विनयी का अध्ययन घृत से प्रज्वलित अग्नि-शिखा की तरह ज्योतिर्मय—प्रकाशमय होता है ।<sup>३</sup>

१ उत्तराध्ययन सूत्र, प्रथम अध्ययन, गाथा २३

२ आचार्य रामसेन तत्त्वानुशासन, गाथा ८१

३ दशर्व अ ६

विनय के भेदों में एक भेद लोकोपचार विनय भी है।<sup>१</sup> इसका लौकिक दृष्टि से बहुत महत्व है।

यह विडम्बना ही कही जायगी कि कोई व्यक्ति स्वाध्यायी बनने का दिखावा तो करे, सद्ग्रन्थों का पठन-पाठन भी करे, किन्तु विनीत न हो, देव, गुरु, और माता-पिता तथा गुरुजनो के प्रति विनम्र न हो। ऐसे व्यक्ति के व्यवहार का अन्य लोगों पर विपरीत प्रभाव ही पड़ता है। अनुकूल प्रभाव तो विनीत का ही पड़ता है। इसलिए स्वाध्यायी को विनीत होना ही चाहिए।

(२) दूसरा आवश्यक गुण है अक्रूरता। इसके लिए उत्तराध्ययन सूत्र में 'चण्डालिय' शब्द दिया गया है। 'चण्डालिय' का अर्थ है क्रोध के वशीभूत होकर (अलिय) झूठ बोलना, साथ ही इसमें क्रूर अथवा अनुचित व्यवहार भी गर्भित है।

क्रूर व्यवहार स्वाध्यायी को नहीं करना चाहिए साथ ही उसे क्रूर वचन भी नहीं बोलना चाहिए। उसका व्यवहार सभी के साथ सौम्य कोमल और मधुर होना चाहिए।

सौम्यता—सज्जनता एवं शिष्टता की निशानी है। व्यक्ति जितना सौम्य होगा उतना ही उसका अन्य लोगों पर अच्छा प्रभाव पड़ेगा।

(३) अक्षुद्रता—इसे साधारण शब्दों में उदारता भी कह सकते हैं। उदारता का अभिप्राय है—विशाल हृदयता। स्वाध्यायी को अपना हृदय कभी संकुचित नहीं रखना चाहिए।

संकुचित हृदय वाले व्यक्ति कभी भी आत्मिक उन्नति नहीं कर पाते। शास्त्रों में सर्वत्र कहा गया है कि व्यक्ति को अपना हृदय हमेशा उदार रखना चाहिए। संकुचित और क्षुद्र हृदय वाले पुरुषों के प्रति जन-भावना अच्छी नहीं रहती।

फिर सबसे बड़ी बात यह है कि शास्त्रों में सर्वत्र उदारता एवं विशाल हृदयता की प्रेरणा पाकर भी यदि स्वाध्यायी का हृदय क्षुद्र रहा तो उसके स्वाध्याय को सफल स्वाध्याय कैसे माना जा सकेगा, यह तो एक विडम्बना ही होगी।

(४) गुणानुरागिता—शास्त्रों में सर्वत्र यह प्रेरणा दी गई है—गुणहिं साहू अगुणेहिंसाहू—गुण ग्रहण करने से माधुरता, और गुण का त्याग



करने से असाधुता आती है। अतः गुण जहाँ से भी मिलें, उन्हें ग्रहण कर लेना चाहिए। साथ ही गुणियों के प्रति प्रमोद भाव रखना चाहिए। 'गुणेषु प्रमोद' यह जैन सस्कृति का स्पष्ट आघोष रहा है।

(५) करुणा—अथवा दया, ऐसा देवी गुण है जो सावभीम है। जैन शास्त्रों में तो दया को दयामाता के नाम से कहा गया है।

यद्यपि करुणा मानव मात्र की हार्दिक भावना है। यह वह गुण है जो हृदय को द्रवित करता है, प्राणीमात्र के प्रति सहानुभूति और समवेदना का भाव जागृत करता है। एक शब्द में कहा जाय तो मानवता का प्रमुख लक्षण करुणा ही है।

किन्तु स्वाध्यायी के लिए तो इस गुण का विशेष महत्व है। जनता करुणा के धर्मापीटर द्वारा ही उसके सम्पूर्ण चरित्र का आकलन करती है, उसे अच्छा या बुरा समझती है।

स्वाध्यायी कितना ही ज्ञानवान हो, चाहे उसने कितने ही शास्त्र कठस्थकर रखे हों, उनकी जिह्वा पर सरस्वती का वास हो, धर्मतत्त्व की एक एक कली खोलकर जनता को समझाने की उसमें क्षमता हो, किन्तु एक करुणा के अभाव में सब व्यर्थ है।

एक विद्वान् थे, तत्त्व के जानकार थे, उनका प्रवचन सुनने के लिए हजारों श्रोता उमड़ पड़े थे, उनकी वक्तृत्व कला से प्रभावित होकर सभी बाह-बाह कर रहे थे। लेकिन जैसे ही पसीना पोछने के लिए जेब से रुमाल निकाला तो दो अण्डे गिर गये। जनता थू-थू कर उठी। कितना बुरा प्रभाव पड़ा लोगों पर।

बस, यही स्थिति उस स्वाध्यायी की होती है, जिसके हृदय में करुणा का वास नहीं होता, वह निन्दा और तिरस्कार का पात्र बनता है। अतः यह गुण स्वाध्यायी को प्रयत्नपूर्वक अर्जित करना चाहिए।

(६) विवेक—यह ऐसा सद्गुण है जो जीवन को सुरभित कर देता है। जीवन में इसकी आवश्यकता पग-पग पर पड़ती है। विवेकी व्यक्ति जीवन के हर मोर्चे पर सफल रहता है। विवेक जीवन का दीपक है। विवेक अन्तर्चक्षु है। विवेके धम्ममाहिए—विवेक में ही धर्म का निवास है।

स्वाध्यायी के लिए तो इस गुण की विशेष आवश्यकता है। भगवान् महावीर ने विभिन्न अपेक्षाओं से भिन्न-भिन्न सिद्धान्त कहे हैं जो परस्पर विरोधी से मालूम होते हैं, ऐसे स्थलों को समझने के लिए विवेक की ही आवश्यकता होती है।

विनय के भेदों में एक भेद लोकोपचार विनय भी है ।<sup>१</sup> इसका लौकिक दृष्टि से बहुत महत्व है ।

यह विडम्बना ही कही जायगी कि कोई व्यक्ति स्वाध्यायी बनने का दिखावा तो करे, सद्ग्रन्थों का पठन-पाठन भी करे, किन्तु विनीत न हो, देव, गुरु, और माता-पिता तथा गुरुजनो के प्रति विनम्र न हो । ऐसे व्यक्ति के व्यवहार का अन्य लोगों पर विपरीत प्रभाव ही पड़ता है । अनुकूल प्रभाव तो विनीत का ही पड़ता है । इसलिए स्वाध्यायी को विनीत होना ही चाहिए ।

(२) दूसरा आवश्यक गुण है अक्रूरता । इसके लिए उत्तराध्ययन सूत्र में 'चंडालिय' शब्द दिया गया है । 'चण्डालिय' का अर्थ है क्रोध के वशीभूत होकर (अलिय) झूठ बोलना, साथ ही इसमें क्रूर अथवा अनुचित व्यवहार भी गर्भित है ।

क्रूर व्यवहार स्वाध्यायी को नहीं करना चाहिए साथ ही उसे क्रूर वचन भी नहीं बोलना चाहिए । उसका व्यवहार सभी के साथ सौम्य कोमल और मधुर होना चाहिए ।

सौम्यता—सज्जनता एवं शिष्टता की निशानी है । व्यक्ति जितना सौम्य होगा उतना ही उसका अन्य लोगों पर अच्छा प्रभाव पड़ेगा ।

(३) अक्षुद्रता—इसे साधारण शब्दों में उदारता भी कह सकते हैं । उदारता का अभिप्राय है—विशाल हृदयता । स्वाध्यायी को अपना हृदय कभी सकुचित नहीं रखना चाहिए ।

सकुचित हृदय वाले व्यक्ति कभी भी आत्मिक उन्नति नहीं कर पाते । शास्त्रों में सर्वत्र कहा गया है कि व्यक्ति को अपना हृदय हमेशा उदार रखना चाहिए । सकुचित और क्षुद्र हृदय वाले पुरुषों के प्रति जन-भावना अच्छी नहीं रहती ।

फिर सबसे बड़ी बात यह है कि शास्त्रों में सर्वत्र उदारता एवं विशाल हृदयता की प्रेरणा पाकर भी यदि स्वाध्यायी का हृदय क्षुद्र रहा तो उसके स्वाध्याय को सफल स्वाध्याय कैसे माना जा सकेगा, यह तो एक विडम्बना ही होगी ।

(४) गुणानुरागिता—शास्त्रों में सर्वत्र यह प्रेरणा दी गई है—गुणहिंसाहू अगुणेहिंसाहू—गुण ग्रहण करने से माधुता, और गुण का त्याग

१ म्यानाग सूत्र ७ तथा तत्वाथ सूत्र, अध्याय ६

करने से असाधुता आती है। अतः गुण जहाँ से भी मिले, उन्हें ग्रहण कर लेना चाहिए। साथ ही गुणियों के प्रति प्रमोद भाव रखना चाहिए। 'गुणेषु प्रमोद' यह जैन सस्कृति का स्पष्ट आघोष रहा है।

(५) करुणा—अथवा दया, ऐसा दैवी गुण है जो सावभौम है। जैन शास्त्रों में तो दया को दयामाता के नाम से कहा गया है।

यद्यपि करुणा मानव मात्र की हार्दिक भावना है। यह वह गुण है जो हृदय को द्रवित करता है, प्राणीमात्र के प्रति सहानुभूति और समवेदना का भाव जागृत करता है। एक शब्द में कहा जाय तो मानवता का प्रमुख लक्षण करुणा ही है।

किन्तु स्वाध्यायी के लिए तो इस गुण का विशेष महत्व है। जनता करुणा के थर्मामीटर द्वारा ही उसके सम्पूर्ण चरित्र का आकलन करती है, उसे अच्छा या बुरा समझती है।

स्वाध्यायी कितना ही ज्ञानवान हो, चाहे उसने कितने ही शास्त्र कठस्थकर रखे हो, उसकी जिह्वा पर सरस्वती का वास हो, धर्मतत्त्व की एक एक कली खोलकर जनता को समझाने की उसमें क्षमता हो, किन्तु एक करुणा के अभाव में सब व्यर्थ है।

एक विद्वान् थे, तत्त्व के जानकार थे, उनका प्रवचन सुनने के लिए हजारों श्रोता उमड़ पड़े थे, उनकी वक्तृत्व कला से प्रभावित होकर सभी बाह-बाह कर रहे थे। लेकिन जैसे ही पसीना पोछने के लिए जब से रुमाल निकाला तो दो अण्डे गिर गये। जनता थू-थू कर उठी। कितना बुरा प्रभाव पड़ा लोगों पर।

बस, यही स्थिति उस स्वाध्यायी की होती है, जिसके हृदय में करुणा का वास नहीं होता, वह निन्दा और तिरस्कार का पात्र बनता है। अतः यह गुण स्वाध्यायी को प्रयत्नपूर्वक अर्जित करना चाहिए।

(६) विवेक—यह ऐसा सद्गुण है जो जीवन को सुरभित कर देता है। जीवन में इसकी आवश्यकता पग-पग पर पड़ती है। विवेकी व्यक्ति जीवन के हर मोर्चे पर सफल रहता है। विवेक जीवन का दीपक है। विवेक अन्तर्चक्षु है। विवेके धम्ममाहिण—विवेक में ही धर्म का निवास है।

स्वाध्यायी के लिए तो इस गुण की विशेष आवश्यकता है। भगवान् महावीर ने विभिन्न अपेक्षाओं से भिन्न-भिन्न सिद्धान्त कहे हैं जो परस्पर विरोधी से मालूम होते हैं, ऐसे स्थलों को समझने के लिए विवेक की ही आवश्यकता होती है।

इसी प्रकार अनेक विरोधी कर्तव्य कभी-कभी उसके सामने आ खड़े होते हैं। उस समय कौन से कर्तव्य को प्राथमिकता दी जाय, यह प्रकाश विवेक द्वारा प्राप्त होता है। विवेकी मनुष्य शीघ्र कर्तव्य का निर्णय कर सकता है। धर्म के लिए भगवान का आदेश है—‘पश्चा समक्षिण धम्म’ धर्मतत्त्व की समीक्षा प्रश्न अथवा विवेक से करनी चाहिए।

व्यावहारिक जगत में भी यदि कोई व्यक्ति अविवेकपूर्ण कार्य करता है तो उसे मूर्ख कहा जाता है। यो राम का नाम सत्य है, किन्तु किसी वारात अथवा शुभ मागलिक अवसर पर ‘राम नाम सत्य है’ का उद्धोष करने वाला व्यक्ति वज्रमूर्ख ही कहा जायेगा।

यही बात अविवेकपूर्ण स्वाध्यायी के लिए भी सत्य है।

(७) कृतज्ञता—यह ऐसा गुण है जो व्यक्ति को बहुत ऊँचा उठा देता है, लौकिक क्षेत्र में भी और आध्यात्मिक क्षेत्र में भी।

स्वाध्यायी सद्गुरुदेव की कृपा से ग्रन्थों के रहस्य को समझता है, उसे हृदयगत करता है और गहरा पैठता है। उस सातिशय ज्ञान की प्राप्ति में सहायक गुरुदेव तथा अन्य सभी सहयोगियों द्वारा की गई सहायता को उसे विन्मृत नहीं होना चाहिए।

स्थानाग सूत्र में बताया है—कृतज्ञता से गुणों में अधिक दीप्ति आती है। कृतज्ञ का ज्ञान, ध्यान सर्वत्र प्रशंसित होता है।

इसी प्रकार सासारिक क्षेत्र में भी जिस किसी से उसे किसी भी प्रकार का भी सहयोग तन, मन, वचन और धन से प्राप्त हुआ हो तो उसके प्रति भी उसे कृतज्ञता प्रदर्शित करनी ही चाहिए।

कृतज्ञता का विरोधी होता है, कृतघ्न। कृतघ्नता ससार में सबसे बड़ा अवगुण माना जाता है। उर्दू में ऐसे व्यक्ति को एहसान फरामोश कहा जाता है और अंग्रेजी भाषा में (Ungrateful)।

ऐसे कृतघ्न व्यक्ति की सर्वत्र निन्दा होती है और कृतज्ञ व्यक्ति की प्रशंसा। यदि स्वाध्यायी व्यक्ति कृतज्ञ न हुआ तो स्वयं तो उसकी उन्नति का द्वार अवरोध हो ही जायगा, साथ ही उसके निन्दनीय आचरण के कारण अन्य लोगों पर भी उसका विपरीत प्रभाव ही पड़ेगा।

(८) परोपकार—परोपकार ससार में सर्वत्र प्रशंसा देता है। स्वाध्यायी जिन धर्मग्रन्थों का अध्ययन करता है, उनमें पग-पग पर परोपकार की प्रेरणा दी गई है तथा उसके शुभफल का दिग्दर्शन भी कराया गया है।

वेदव्यास जी तो परोपकार को ही पुण्य कहते हैं और तुलसीदासजी के शब्दों में—‘परहित सरिस धर्म नहीं भाई ।’ ही माना गया है ।

फिर यह विचित्रता ही होगी कि स्वाध्यायी अपनी शक्ति के अनुसार किसी का परोपकार करने में हिचकिचाए ।

तत्त्वार्थ सूत्र में ‘परत्परोपग्रहो जीवानाम्’ कहकर परोपकार का ही महत्व तो प्रदर्शित किया गया है । अतः स्वाध्यायी के जीवन का एक आवश्यक अंग परोपकार ही होता है ।

अन्य गुण—इसी प्रकार स्वाध्यायी दीर्घदर्शी भी होता है किसी भी कार्य को प्रारम्भ करने से पहले ही उसके फलाफल पर भलीभाँति विचार कर लेता है । ऐसा नहीं करता कि आग में पहले हाथ डाल दे और हाथ जलने पर बाद में पछतावा करता रहे ।

साथ ही वह लोक परम्परा का भी ध्यान रखता है । ऐसा कोई काम नहीं करता जो लोक-प्रचलित परम्परा के विरुद्ध हो और लोगों को उसकी ओर अगुली उठाने का मौका मिले । उसकी मान्यता होती है—

यद्यपि शुद्ध, लोकविरुद्धं न करणीयम्, नाचरणीयम् ।

क्योंकि लोकविरुद्ध आचरण करने से व्यथ का अपवाद फैलता है ।

इसी प्रकार वह यथाशक्ति दान, सयम, परमार्थ आदि विभिन्न गुणों को अपने जीवन में म्यान देता है ।

उपरोक्त आध्यात्मिक गुणों के अतिरिक्त स्वाध्यायी में कुछ वचन सम्बन्धी गुणों का होना भी आवश्यक है, क्योंकि समाज तथा अन्य व्यक्तियों पर प्रमुख रूप से वचन का ही प्रभाव पड़ता है ।

वचन की क्षमता असीम है । एक जापानी कहावत के अनुसार—‘तीन इंच की जवान छह फुट के मनुष्य को मारने की क्षमता रखती है ।’ लौकिक कहावत भी है—गोली का घाव भर जाता है, बोली का नहीं भरता ।

इसीलिए स्वाध्यायी को भाषा के सम्बन्ध में सावधान रहना चाहिए । उसे ऐसी वाणी बोलनी चाहिए जो सभी के लिए हितकर हो ।

सामान्यतया श्रावक के लिए निर्देश है—

श्रावक जी थोड़ा बोले, काम पड़्या सँ बोले,

न्याय-नीति सँ बोले, सब को साताकारी बोले ।

इससे तो स्वाध्यायी बढकर होता है, उसे तो और भी अपने वचनों को सँभालकर—ताप-तोलकर बोलना चाहिए ।

(१) पाये की बात—इसका अभिप्राय है कि स्वाध्यायी जो कुछ भी कहे, वह प्रमाण सहित कहे। ऐसी बात मुख से न निकाले, जिसका प्रमाण न दे सके। क्योंकि बिना प्रमाण की बात सत्य होते हुए भी विश्वसनीय नहीं होती। लोग उस बात का विश्वास नहीं करते।

इसीलिए भगवान महावीर ने कहा है—

सच्च च हिय च मिय च गाहण च ।

—प्रश्न० २/२

ऐसा सत्य वचन बोलना चाहिए जो हित, मित और ग्राह्य हो।

भगवान के इन शब्दों को अपने जीवन का आदर्श बनाकर स्वाध्यायी को सदा प्रमाण सहित विश्वसनीय ग्राह्य सत्य ही बोलना चाहिए।

(२) मिष्ट भाषा—स्वाध्यायी की भाषा सत्य होने के साथ साथ मीठी भी होनी चाहिए। उसे जो कुछ कहना हो, साफ-साफ कह देना चाहिए, लेकिन—

जो बात हो वह साफ हो, सुथरी हो, भली हो।

कड़वी न हो, खट्टी न हो, मिसरी की डली हो॥

लेकिन मीठी भाषा का यह अर्थ कदापि नहीं है कि वह खुशामद करे, खुशामदी बन जाय। अथवा मीठी वाणी या स्वाध्याय की आड में अपना निजी स्वार्थ सिद्ध करने का प्रयत्न करे। यदि कोई धनवान आ जाये तो उसे बड़े आदर और प्रेम से शास्त्र की बात समझाये और निर्धन के प्रति बेरुखी अपना ले। अपितु भगवान के आदेश को माने—

जहा पुण्यस्स कथ्यई तथा तुच्छस्स कथ्यई ।

पुण्यवान पापी, धनवान-निर्धन, उच्च-नीच आदि का भेद भुलाकर उसे सबके साथ धर्म सहयोग करना चाहिए, धर्मतत्त्व समझाना चाहिए।

इसका कारण यह है कि प्रत्येक व्यक्ति स्वाध्यायी के पास इसीलिए आता है कि यह शास्त्रों का जानकार है तो हमें इसमें यथार्थ बोध प्राप्त हो जायेगा। स्वाध्यायी को उन्हें कभी निराश नहीं करना चाहिए।

साथ ही धनवान-निर्धन आदि का भेदभाव करने से स्वाध्यायी समाज में निन्दा का पात्र भी बन सकता है। क्योंकि समाज में निर्धन अधिक होते हैं और रूखा व्यवहार मिलने से वे स्वाध्यायी के बारे में भ्रात बातें फैला सकते हैं, जिसे लोगो की उसके प्रति भ्रान्त धारणा बन सकती है।

इसके अतिरिक्त किसी को निन्दा, चुगली, अपवाद, परिवाद, अभ्याख्यान आदि भी वाणी के दोष हैं। स्वाध्यायी को ऐसी भाषा का प्रयोग नहीं करना चाहिए जिससे कलह उत्पन्न हो जाय या पुराना दवा हुआ वैर-विरोध पुनः अग्नि ज्वाला के समान भड़क उठे।

चुगली को शास्त्रो मे पीठ का माँस कहा है और आदेश दिया है—

पिट्ठिमस न खाएज्जा

—दशवै ८/४७

पृष्ठ मांस अथवा चुगली नहीं खानी चाहिए।

इसी प्रकार स्वाध्यायी यदि किसी की मर्म की बात कह दे अथवा उसका रहस्य प्रगट कर दे तो वह व्यक्ति स्वयं ही बिना बनाये शत्रु बन जाता है, मन मे वैर की गाँठ बाँध लेता है।

माया और मत्सर भरे शब्द भी मुख से नहीं निकालने चाहिए। ईर्ष्याजनित शब्द तो और भी अनर्थकारी होते हैं।

दो ब्राह्मण थे। दोनों ही कर्मकाण्डी और वेदपाठी। वेदों का अध्ययन और स्वाध्याय उनका नित्य क्रम था। किन्तु दोनों परस्पर जलते थे।

एक बार एक गृहस्थ ने उन्हें भोजन के लिए निमन्त्रण दिया। दोनों आये। जब पहले ब्राह्मण को वह सद्गृहस्थ हाथ-मुह धुलाने ले गया। तो उसने दूसरे ब्राह्मण के बारे मे कहा— वह तो पूरा बैल है। बस खाना ही जानता है। वेदों का अर्थ वह क्या जाने? इसी प्रकार दूसरे ब्राह्मण ने पहले के लिए कहा— वह तो गधा है। बस, वेदों का बोझ ही ढोता है, उनमे भरे रहस्य को बिल्कुल नहीं जानता।

गृहस्थ विवेकी था। उसे इन ब्राह्मणों की पारस्परिक ईर्ष्या बुरी लगी। उन्हें शिक्षा देने के विचार से उसने एक के सामने भुस रख दिया और दूसरे के सामने घास। जब वे दोनों आश्चर्य से गृहस्थ की ओर देखने लगे तो वह गृहस्थ बोला— आप दोनों ने जो एक दूसरे का परिचय बताया है, उसी के अनुरूप यह भोजन है।

दोनों बहुत लज्जित हुए, उन पर घड़ो जानी गिर गया और अपनी ईर्ष्या को सदा के लिए तिलाजलि दे दी।

यहाँ इस कथा को बताने का अभिप्राय सिर्फ इतना ही है कि स्वाध्यायी अपने किसी भी वचन से ऐसी स्थिति न आने दे।

यदि एक शब्द मे कहा जाय तो स्वाध्यायी को सावद्य भाषा नहीं बोलनी चाहिए। घर मे, परिवार मे, समाज मे, व्यापार मे सर्वत्र उसे निरवद्य और निष्पापकारी भाषा का प्रयोग ही करना उचित है।

(१) पाये की बात—इसका अभिप्राय है कि स्वाध्यायी जो कुछ भी कहे, वह प्रमाण सहित कहे। ऐसी बात मुख से न निकाले, जिसका प्रमाण न दे सके। क्योंकि बिना प्रमाण की बात सत्य होते हुए भी विश्वसनीय नहीं होती। लोग उस बात का विश्वास नहीं करते।

इसीलिए भगवान महावीर ने कहा है—

सच्च च हिय च मिय च गाहण च ।

—प्रश्न० २/२

ऐसा सत्य वचन बोलना चाहिए जो हित, मित और ग्राह्य हो।

भगवान के इन शब्दों को अपने जीवन का आदर्श बनाकर स्वाध्यायी को सदा प्रमाण सहित विश्वसनीय ग्राह्य सत्य ही बोलना चाहिए।

(२) मिष्ट भाषा—स्वाध्यायी की भाषा सत्य होने के साथ साथ मीठी भी होनी चाहिए। उसे जो कुछ कहना हो, साफ-साफ कह देना चाहिए, लेकिन—

जो बात हो वह साफ हो, सुथरी हो, भली हो।

कड़वी न हो, खट्टी न हो, मिसरी की डली हो ॥

लेकिन मीठी भाषा का यह अर्थ कदापि नहीं है कि वह खुशामद करे, खुशामदी बन जाय। अथवा मीठी वाणी या स्वाध्याय की आड़ में अपना निजी स्वार्थ सिद्ध करने का प्रयत्न करे। यदि कोई धनवान आ जाये तो उसे बड़े आदर और प्रेम से शास्त्र की बात समझाये और निर्धन के प्रति बेरुखी अपना ले। अपितु भगवान के आदेश को माने—

जहा पुणस्स कत्थई तहा तुच्छस्स कत्थई ।

पुण्यवान पापी, धनवान-निर्धन, उच्च-नीच आदि का भेद भुलाकर उसे सबके साथ धर्म सहयोग करना चाहिए, धर्मतत्त्व समझाना चाहिए।

इसका कारण यह है कि प्रत्येक व्यक्ति स्वाध्यायी के पास इसीलिए आता है कि यह शास्त्रों का जानकार है तो हमें इससे यथार्थ बोध प्राप्त हो जायेगा। स्वाध्यायी को उन्हें कभी निराश नहीं करना चाहिए।

साथ ही धनवान-निर्धन आदि का भेदभाव करने से स्वाध्यायी समाज में निन्दा का पात्र भी बन सकता है। क्योंकि समाज में निर्धन अधिक होते हैं और रूखा व्यवहार मिलने से वे स्वाध्यायी के बारे में भ्रात बातें फैला सकते हैं, जिससे लोगों की उसके प्रति भ्रान्त धारणा बन सकती है।



इसके अतिरिक्त किसी को निन्दा, चुगली, अपवाद, परिवाद, अभ्याख्यान आदि भी वाणी के दोष हैं। स्वाध्यायी को ऐसी भाषा का प्रयोग नहीं करना चाहिए जिससे कलह उत्पन्न हो जाय या पुराना दवा हुआ वैर-विरोध पुनः अग्नि ज्वाला के समान भड़क उठे।

चुगली को शास्त्रो में पीठ का मांस कहा है और आदेश दिया है—  
पिट्ठमस न खाएज्जा —दशवै ८/८७

पृष्ठ मास अथवा चुगली नहीं खानी चाहिए।

इसी प्रकार स्वाध्यायी यदि किसी की मर्म की बात कह दे अथवा उसका रहस्य प्रगट कर दे तो वह व्यक्ति स्वयं ही बिना बनाये शत्रु बन जाता है, मन में वैर की गाँठ बाँध लेता है।

माया और मत्सर भरे शब्द भी मुख से नहीं निकालने चाहिए। ईर्ष्याजनित शब्द तो और भी अनर्थकारी होते हैं।

दो ब्राह्मण थे। दोनों ही कर्मकाण्डी और वेदपाठी। वेदों का अध्ययन और स्वाध्याय उनका नित्य क्रम था। किन्तु दोनों परस्पर जलते थे।

एक बार एक गृहस्थ ने उन्हें भोजन के लिए निमन्त्रण दिया। दोनों आये। जब पहले ब्राह्मण को वह सदगृहस्थ हाथ-मुह धुलाने ले गया। तो उसने दूसरे ब्राह्मण के बारे में कहा—वह तो पूरा बेल है। बस खाना ही जानता है। वेदों का अर्थ वह क्या जाने? इसी प्रकार दूसरे ब्राह्मण ने पहले के लिए कहा—वह तो गधा है। बस, वेदों का बोझ ही ढोता है, उनमें भरे रहस्य को बिल्कुल नहीं जानता।

गृहस्थ विवेकी था। उसे इन ब्राह्मणों की पारस्परिक ईर्ष्या बुरी लगी। उन्हें शिक्षा देने के विचार से उसने एक के सामने भुस रख दिया और दूसरे के सामने घास। जब वे दोनों आश्चर्य से गृहस्थ की ओर देखने लगे तो वह गृहस्थ बोला—आप दोनों ने जो एक दूसरे का परिचय बताया है, उम्मी के अनुरूप यह भोजन है।

दोनों बहुत लज्जित हुए, उन पर घड़ो पानी गिर गया और अपनी ईर्ष्या को सदा के लिए तिलाजलि दे दी।

यहाँ इस कथा को बताने का अभिप्राय सिर्फ इतना ही है कि स्वाध्यायी अपने किसी भी वचन से ऐसी स्थिति न आने दे।

यदि एक शब्द में कहा जाय तो स्वाध्यायी को सावध भाषा नहीं बोलनी चाहिए। घर में, परिवार में, समाज में, व्यापार में सर्वत्र उसे निरवयव और निष्पापकारी भाषा का प्रयोग ही करना उचित है।

शारीरिक गुण प्रमुखतः स्वच्छता है। मन की स्वच्छता के समान शरीर की सफाई भी अत्यावश्यक है। स्वच्छ शरीर अन्य लोगों को तो प्रभावित करता ही है, साथ ही स्वाध्याय में मन भी अधिक लगता है।

शरीर की स्वच्छता का अर्थ शरीर शृंगार नहीं है। इसका अभिप्राय इतना ही है कि स्वाध्यायी स्वाध्याय करने से पहले शारीरिक शुद्धि आदि दैनिक आवश्यक क्रियाओं से निवृत्त होकर सादगी के साथ सफाई युक्त किन्तु साधारण वस्त्र पहने। अधिक चमकीले, भडकीले वस्त्रों का प्रभाव जन-मानस पर विपरीत पड़ता है। साथ ही स्वाध्यायी भी दत्तचित्त होकर स्वाध्याय नहीं कर पाता।

कहते हैं, किसी भक्त ने स्वामी रामकृष्ण को एक बहुमूल्य चादर अत्याग्रह करके भेंट दे दी। स्वामी जी ने भी भक्त का आग्रह मान लिया, वह बहुमूल्य चादर स्वीकार कर ली।

लेकिन दूसरे दिन ही चादर उन्होंने एक ओर रख दी। भक्त ने कारण पूछा तो वे बोले—भाई! तेरी कीमती चादर खराब न हो जाय, इस चिन्ता में मैं ध्यान न कर सका। मेरा ध्यान जमता ही नहीं था, बार-बार उचट जाता था।

तो स्वाध्यायी को चाहिए कि वह ऐसी स्थिति न आने दे। उसका मुख्य प्रयोजन शाम्भु स्वाध्याय है, न कि बहुमूल्य वस्त्रों से सजाकर शरीर का प्रदर्शन करना।

वस्त्र और शारीरिक स्वच्छता—शुद्धि के साथ ही काय की स्थिरता भी स्वाध्यायी के लिए अत्यावश्यक है। शास्त्रों का पठन-पाठन करते समय उसे उचित आसन से अवश्य ही बैठना चाहिए।

गलत आसन का प्रयोग करने वाला शिष्य अविनीत होता है, वह दुष्ट अश्व के समान शिक्षा प्राप्त नहीं कर पाता।

साथ ही बार-बार आसन बदलना भी उचित नहीं है। इससे स्वाध्यायी की मानसिक अस्थिरता प्रगट होती है और अस्थिर चित्त वाला श्रोता कुछ सुनता है, कुछ नहीं सुनता। परिणाम यह होता है कि प्रसंगानुकूल पूरी बात न समझने से अधकचरा रह जाता है।

जब वह अपने अधकचरे ज्ञान का स्वाध्याय करता है, अथवा किसी को बताता है तो शासन की हीलना तो होती ही है, वह स्वयं भी हँसी का पात्र बनता है।

स्थिर आसन एवं शरीर तथा वस्त्रों की स्वच्छता के साथ स्वाध्यायी को अपने स्वाध्याय में दत्तचित्त होना चाहिए।

## अन्य विशिष्ट गुण

उपरोक्त आध्यात्मिक, वाचसिक और शारीरिक गुणों के अतिरिक्त स्वाध्यायी में कुछ अन्य विशिष्ट गुण होने भी अपेक्षित हैं, जिससे उसका जीवन स्वयं अपने तथा अन्य लोगों के लिए आदर्श बन सके।

उनमें से कुछ गुणों का दिग्दर्शन यहाँ किया जाता है—

(१) दृढ श्रद्धा—स्वाध्यायी को अपने देव-गुरु-धर्म पर दृढ श्रद्धा होनी चाहिए। श्रद्धा को सामान्यतः विश्वास समझ लिया जाता है किन्तु श्रद्धा में पूज्य भाव का विशेष प्रभाव होता है तथा साथ ही यह विश्वास होता है कि यही मार्ग कल्याणप्रद है, सारे दुखों और सकटों को विनष्ट करके मुक्ति में पहुँचा देगा।

देव-गुरु-धर्म पर पूज्य भाव के साथ मुक्ति प्राप्ति का विश्वास हो, वही भाव श्रद्धा है और स्वाध्यायी की इसी प्रकार की दृढ श्रद्धा अपने देव-गुरु-धर्म पर होती है। उसे दृढ विश्वास होता है कि देव-गुरु-धर्म की शरण ग्रहण करने से मुक्ति अवश्य प्राप्त होगी।

ऐसी दृढ श्रद्धा का स्वाध्यायी को स्वयं तो लाभ होता ही है, उसकी आत्मा तेजस्वी बनती है, साथ ही उसकी वाणी में प्रभावशीलता भी बढ़ती है। उसके वचनों का श्रोताओं पर इच्छित असर होता है।

(२) व्रत निष्ठा—दृढ श्रद्धा के परिणामस्वरूप ही स्वाध्यायी के अन्तरंग में अपने स्वीकृत व्रतों के प्रति दृढ निष्ठा उत्पन्न होती है।

दुर्लभ श्रद्धा वाला स्वाध्यायी पहले तो व्रत लेता ही नहीं और यदि गुरुदेव अथवा समाज के अग्रगण्यों का लिहाज करके व्रत स्वीकार कर भी लेता है तो उनका सही ढंग से पालन नहीं करता।

सही ढंग से पालन का अभिप्राय है—अन्तर और बाह्य दोनों रूपों में व्रतों का निरतिचार पालन करना, किंचित् भी दोष न लगने देना, व्रतों के प्रति सतत जागरूक और सावधान रहना।

स्वाध्यायी श्रावक अपने व्रतों का आदर्श रूप में पालन करता है, जिससे उसके सम्पर्क में आने वाले अन्य जन भी प्रेरणा ग्रहण करते हैं और वे भी व्रत लेने को तत्पर हो जाते हैं।

## व्यावहारिक जीवन

उपरोक्त सभी गुण स्वाध्यायी के व्यक्तिगत जीवन से सम्बन्धित हैं। यद्यपि इनका प्रभाव अन्य व्यक्तियों पर भी पड़ता है फिर भी प्रमुख रूप से यह गुण है व्यक्तिगत ही।

इन व्यक्तिगत गुणों के अतिरिक्त कुछ व्यावहारिक गुण भी ऐसे हैं जो स्वाध्यायी के जीवन में प्रकाश पाते हैं ।

स्वाध्यायी यदि अभी सयत् नहीं बना है, गृहस्थ की ही भूमिका में है तो उसे अपना व्यावहारिक जीवन ऐसा बनाना चाहिए, जिसे अन्य लोग आदर्श समझे ।

व्यक्ति का सर्वप्रथम और सर्वप्रमुख व्यवहार क्षेत्र है परिवार । परिवार में उसके माता-पिता भी हैं और पत्नी-पुत्र भी । अन्य निकट कुटुम्बी तथा सम्बन्धी भी हो सकते हैं ।

यह सम्भव है कि स्वाध्यायी सत्शास्त्रों के पठन-पाठन और चिन्तन निदिध्यासन के बल पर माता-पिता से अधिक ज्ञानवान बन जाय, किन्तु इसका यह अर्थ नहीं है कि वह माता-पिता की अवहेलना करे, उनका आदर-सम्मान न करे, ठेस पहुँचावे या उनकी उपेक्षा करे ।

भगवान् महावीर गर्भ से ही तीन ज्ञान के धारक थे, किन्तु अपने माता-पिता की भावनाओं का कितना सम्मान करते थे । जब गर्भ में हिलना-डुलना वन्द करने से माता दुःखी हुई तो उसी समय उन्होंने सकल्प कर लिया कि माता-पिता के जीवित रहते मैं सयम ग्रहण नहीं करूँगा, जिससे कि उन्हें किञ्चित् भी दुःख हो ।

भगवान् के जीवन की यह घटना स्वाध्यायी के लिए एक प्रेरणा-प्रदीप है । वह भी तो उन्हीं भगवान् की वाणी का स्वाध्याय करता है तो भगवान् के जीवन की इस घटना को आदर्श मानकर उसे माता-पिता की सेवा और उनका आदर करना उसका कर्त्तव्य है ।

ठाणाग सूत्र में कहा गया है कि मनुष्य अपने माता-पिता के ऋण से तभी उक्तृण हो सकता है, जब वह उन्हें धर्म मार्ग पर लगा दे । अतः स्वाध्यायी का पुनीत कर्त्तव्य है कि वह माता-पिता को धर्म की ओर उन्मुख करे, उन्हें धर्म-सहायता दे ।

इसी प्रकार परिवार के जिन सदस्यों का पालन-पोषण उसे करना है, शिक्षा-दीक्षा का प्रबन्ध करना है, उनके प्रति उसे अपना कर्त्तव्य निभाना चाहिए ।

स्वाध्यायी का, सामाजिक प्राणी होने के नाते, समाज के प्रति भी कर्त्तव्य होता है, उसे समाज की उन्नति में सहयोग देना चाहिए ।

इसी प्रकार नगर, ग्राम, देश और यहाँ तक कि सम्भव हो सके तो अन्तर्राष्ट्रीय शान्ति, सुव्यवस्था और उन्नति में अपनी योग्य भूमिका अदा करनी चाहिए ।

तथा यह है कि जिस समाज में अथवा देश में स्वाध्यायी निवास कर रहा है, वहाँ शान्ति रहना आवश्यक है, अव्यवस्था और अराजकता की स्थिति में किसी भी प्रकार की साधना और स्वाध्याय सम्भव ही नहीं है। धर्मागधना के लिए शान्ति अनिवार्य है।

भगवान महावीर की वाणी—अगो के विच्छेद होने का एक प्रमुख कारण सामाजिक और राजनीतिक उथल-प्रथल और अशांति ही थी।

अतः स्वाध्यायी का व्यावहारिक कर्तव्य है कि यह समाज में तथा आस-पास के वातावरण में शान्ति स्थापना में अपना यथाशक्ति सहयोग दे। जिससे अन्य लोगों के लिए भी स्वाध्याय का—धर्मागधना का पथ प्रशस्त हो सके।

सक्षेप में ये कतिपय गुण जो ऊपर की पक्तियों में गिनाये गये हैं, ये और ऐसे ही गुणों से सम्पन्न स्वाध्यायी का जीवन तेजोदीप्त बनता है और प्रकाश रत्न बनकर अपने आदर्श जीवन द्वारा स्वात्मोन्नति के साथ-साथ अन्य लोगों के लिए भी आदर्श का निर्माण करता है। □□

तीन प्रकार की शैक्ष भूमिकाएँ—(सामायिक चारित्र का अवस्था काल) है।

- ❶ जघन्य—सात दिन की। उत्कृष्ट प्रतिभा वाला व्यक्ति एक सप्ताह में ही समाचारी आदि का अभ्यास कर लेवे तो उसे सातवें दिन उपस्थापित (छेदोपस्थापनीय चारित्र) कर देना, जघन्य शैक्ष भूमिका।
- ❷ उत्कृष्ट—छह मास की। कोई मन्द बुद्धि और मन्द श्रद्धा वाला व्यक्ति समाचारी व इन्द्रियविजय का अभ्यास करने एवं श्रुत का आवश्यक अभ्यास करने में विलम्ब करे तो उसे छह मास में छेदोपस्थापनीय (बड़ी दीक्षा) चारित्र देना—उत्कृष्ट शैक्ष भूमिका है।
- ❸ मध्यम—चार मास की। मध्यस्तर की मेधा एवं श्रद्धा वाले व्यक्ति को समाचारी एवं आवश्यक श्रुताभ्यास करने में चार मास तक का समय देना मध्यम शैक्ष भूमिका है।

—स्थानाग स्थान ३, सूत्र १८६

(विवेचन-व्याख्यान भाष्य, १०/५३-५४ के अनुसार)

—आगम मुक्ता से संकलित

## जीवणस्स पयासपुंजो सज्झाओ

— १६ जी का प्रकाश पुंज है  
— व्याख्याता धर्मचन्द जैन (जयपुर)

प्राकृत का ज्ञान सर्व साधारण में सुलभ हो, इसलिए प्राकृत-भाषा का एक सरल लेख यहाँ दिया जा रहा है। इससे जिज्ञासु पाठक एक तर्फ प्राकृत भाषा का निबन्ध पढ़ेंगे और ठीक उसके सामने शब्दानुलक्षी भावानुवाद पढ़ेंगे। विद्वान् लेखक ने प्राकृत भाषा इतनी सहज तथा सरल लिखी है कि वह एक-दो बार ध्यान से पढ़ने पर प्रायः समझ में आ जाती है। इसका अनुवाद भी बहुत सरल और स्पष्ट है। अनुवाद पढ़ने के बाद यदि पाठक एक बार पुनः मूल प्राकृत पढ़ेंगे तो उन्हें लगेगा अब वे इसका अर्थ सहज ही समझ गये हैं। हमें आशा है इस प्रयास से प्राकृत भाषा के प्रति पाठकों की अभिरुचि बढ़ेगी। प्राकृत ज्ञान की जिज्ञासा प्रबल होगी।

— सम्पादक

ससारस्मि सव्वे जीवा दुहिणो सति ।

दुःखस्स निवारणाय मणूसा खणिक  
मोइअ—सुहाण सग्गहे निरया दोसति ।

किंतु ताण एव पयत्ता निष्फल  
सिज्झई ।

खणिअविसयमोर्गेह मणूसा कयावि  
दुहरहिआ भविउ न सक्कति ।

दुहरहिआ सुहिणो जइ मणूआ भविउ  
इच्छति तदा सज्झाओ अवस्स करणिज्जो  
विज्झइ ।

उत्तमवि जहा—

ससार में सभी जीव दुःखी हैं ।

मनुष्य दुःख का निवारण करने के  
लिए क्षणिक भौतिक सुख साधनों का  
संग्रह करने में लगे हुए हैं ।

किन्तु उनका यह प्रयत्न निष्फल ही  
सिद्ध होता है ।

क्षणिक विषय सुखों के उपभोग से  
मनुष्य कभी भी सुखी नहीं हो सकता ।

यदि मनुष्य दुःख से मुक्त होकर  
सुख का अनुभव करना चाहते हैं तो उन्हें  
स्वाध्याय अवश्य करना चाहिए ।

कहा भी है—

सज्ज्ञाए वा निउत्तेण सव्वदुक्ख-  
विमोक्खणे ।

सज्ज्ञाए निरयेण जणेण सव्वदुक्खाण  
नासो सभवइ ।

जओ सज्ज्ञाओ जण उम्मग्गाओ  
वारिऊण सम्मग्गे निओयइ ।

तस्स मिच्छत्त विणासिअ सम्मत्त  
जणयइ ।

सम्मत्त पाविऊण मणुओ सयजीवाण  
दुक्खरहिअ करिउ पहवइ ।

को नाम सो सज्ज्ञाओत्ति विआ-  
रिअव्व । -

सज्ज्ञायसइस्स अणेगे अट्ठा  
करिज्जति ।

किन्तु पमुहरूवेण दुवे अट्ठा हवति ।

पढमे अट्ठे सयस्य अप्पाणस्स  
अज्झयणमेव सज्ज्ञाओ वुच्चइ ।

बोओ अट्ठे जाण धम्मगयाण  
आगमसत्थाण सुवचित्थोत्थयाण य ।

अज्झयणेण सयस्स अप्पाणस्स बोहो  
हवइ, ताण अज्झयणमवि सज्ज्ञाओ  
कहिज्जइ ।

एगे अट्ठे सज्ज्ञाओ सज्ज्ञ अत्थि ।

बोए य साहण वट्ठई ।

स्वाध्याय मे लीन आत्मा सब दुःखों  
से मुक्त हो जाता है ।

स्वाध्याय मे लगा हुआ मानव सभी  
दुःखों का नाश कर सकता है ।

स्वाध्याय मनुष्य को उत्तमाग-  
कुमाग से रोककर सन्माग में प्रवृत्त  
करता है ।

उसके हृदय का मिथ्यात्व दूर कर  
सम्यक्त्व का प्रकाश फैलाता है ।

सम्यक्त्व प्राप्त मनुष्य सैकड़ों अन्य  
जीवों को दुःख से मुक्त करने में समर्थ  
होता है ।

वह स्वाध्याय क्या है ? इस पर  
विचार करना चाहिए ।

स्वाध्याय शब्द के अनेक अर्थ किये  
जाते हैं ।

किन्तु प्रमुख रूप से स्वाध्याय के दो  
अर्थ होते हैं—

प्रथम—स्वयं का, आत्मा का  
अध्ययन करना स्वाध्याय है ।

द्वितीय—धर्मग्रन्थों आगम ग्रन्थों,  
सच्चरित्र की प्रेरणा देने वाली पुस्तकों  
का अध्ययन करना—स्वाध्याय है ।

अध्ययन से स्वयं का, आत्मा का  
बोध होता है । अतः अध्ययन को भी  
स्वाध्याय कहा जाता है ।

एक प्रथम अर्थ में स्वाध्याय, साध्य  
है, लक्ष्य है ।

द्वितीय अर्थ के अनुसार स्वाध्याय-  
साधन है, निमित्त है ।

साहणरुवे च्चिथ अहुणा सज्जाय  
सहस्स भट्ठो अम्हाण अहिअ अभिट्ठो  
विज्जइ ।

धम्मगथाण अज्जाएण च्च जीवण-  
स्स सम्म विगासो हवेज्ज । सो च्चिअ  
सज्जाओ ।

विज्जालयेसु महाविज्जालयेसु वीस-  
विज्जालयेसु य कड अज्जयण ण  
सज्जाओ ।

तत्थ हु भोइअविसयाण सिक्खा  
लब्धिज्जइ ।

कामोद्दीवयपोत्थयाण उवन्नासकहाण  
य अज्जयण वि सज्जाओ न हवइ ।

विसयासत्तिविणासकारोण गथाण  
एव अज्जयण सज्जाओ हवइ ।

सज्जाओ महतो तवो विज्जइ ।  
सज्जायस्स सम अन्नतवो नत्थि—

न वि अत्थि न वि होहिइ, सज्जा-  
यस्स तवो कम्म ।

तवस्स बारसभेएसु सज्जाओवि एगो ।

एसो अन्तरिओ तवो विज्जइ ।

अणेण अप्पकम्माणणिज्जरा हवइ ।

उत्तराज्जयण सुत्ते भयव पुटठो—

सज्जाए ण भन्ते । जीवे कि  
जणयइ ?

भगवया कहिअ—

सज्जाएण जीवे नाणावरणिज्ज  
कम्म खवई ।

वतमान मे हमे साधन रूप द्वितीय  
अथ मे स्वाध्याय अधिक इष्ट है,  
इच्छित है ।

धर्म ग्रन्थो के अध्ययन से जीवन  
का सम्यक्—सम्पूर्ण रूप मे विकाम होता  
है, इसलिए यह स्वाध्याय है ।

विद्यालय, महाविद्यालय एव विश्व-  
विद्यालय आदि मे की हुई पढाई  
स्वाध्याय नहीं कहलाती ।

(क्योकि) वहा भौतिक (लौकिक)  
विषयो की शिक्षा दी जाती है ।

कामोद्दीपक पुस्तको का, उपन्यास-  
कथा कहानी आदि का अध्ययन भी  
स्वाध्याय नहीं कहा जा सकता ।

वास्तव मे विषयासक्ति दूर करने  
वाले ग्रन्थो का अध्ययन ही स्वाध्याय  
कहलाता है ।

स्वाध्याय महान तप है । स्वाध्याय  
के समान अन्य दूसरा तप नहीं है । जैसा  
कि कहा है—

स्वाध्याय के समान अन्य तप न तो  
है, और न ही होगा ।

तप के बारह भेदो मे स्वाध्याय भी  
एक है ।

यह आभ्यन्तर तप है ।

इससे आत्मा पर लगे हुए कर्मों की  
निर्जरा होती है ।

उत्तराध्ययन सूत्र म भगवान से  
पूछा गया है—

भन्ते । स्वाध्याय से जीव को क्या  
लाभ होता है ?

भगवान ने उत्तर दिया—

स्वाध्याय से जीव ज्ञानावरणीय  
कर्मों का नाश करता है ।



सज्ज्ञाय कुणतो णरो अप्पणिग्गह  
करिउ पहवइ ।

सो इदिघाण उव्वरि वियय पावइ ।

मणवयणकायाण पवत्तीण गुत्ति  
कुणइ ।

तस्समणो एग्गो जायइ । सज्ज्ञाअ-  
रओ भिक्खू समाहित्थो हवइ, जहा  
भणिअ—

सज्ज्ञाय कुच्चतो पचेन्द्रिय—  
सबुडो तिगुत्ते य ।

हवदि य एग्गमणो  
विणएण तमाहिओ भिक्खू ॥

भगवईसुत्ते उववाईसुत्ते य सज्ज्ञाय-  
स्स पचभेया वुच्चते—

वायणा, पडिपुच्छणा, परियट्ठणा,  
अणुप्पेहा, धम्मकहा य ।

वायणाए सज्ज्ञाओ आरभइ ।

आगम गथाण सत्थाण य पढण-पाढण,  
सवण सावण वायणा हवइ ।

सकानिवारणत्थ गुरुतो पुच्छण  
पडिपुच्छणा कहिज्जइ ।

पढिअ पाढस्स पुणरावट्ठण परि-  
चट्ठणा होइ ।

सुअस्स पढिअस्स वा चित्तण  
अणुप्पेहा भवइ ।

चित्तणतर किरियमाणा धम्मवट्ठा  
धम्मकहा वुच्चइ ।

पवविहाण सज्ज्ञाण के लाहा नि  
जाणिअव्व ।

स्वाध्याय-जिज्ञासा ।

स्वाध्याय करता हुआ मनुष्य आत्म-  
निग्रह (आत्म-समय) करने में मग्न  
होता है ।

वह इन्द्रियो पर विजय प्राप्त कर  
लेता है ।

वह मन, वचन एवं काया की प्रवृ-  
त्तियो की गुप्ति (समय) कर सकता है ।

उसका मन एकाग्र हो जाता है ।  
स्वाध्याय में निरत (भिक्षु) समाधि में  
स्थित हो जाता है, जैसा कहा है—

पंचेन्द्रिय से सबृत, तीन गुप्ति से  
गुप्त, विनयसमाधि से युक्त भिक्षु  
स्वाध्याय करता हुआ एकाग्र मन हो  
जाता है ।

भगवती सूत्र तथा उववाई सूत्र में  
स्वाध्याय के पाँच भेद बताये हैं—

वाचना, प्रतिपृच्छना, परिवतना,  
अनुप्रेक्षा, धमकथा ।

वाचना से स्वाध्याय का प्रारम्भ  
होता है ।

आगम ग्रन्थ एवं शास्त्रों का पढ़ना,  
पढ़ाना, सुनना, सुनाना यह वाचना है ।

शका निवारण के लिए गुरुजनों से  
प्रश्न आदि पूछना प्रतिपृच्छा है ।

पढ़े हुए पाठ का पुनः पुनः आवतन  
दुहराना परिवतना है ।

पढ़े हुए श्रुत ज्ञान पर चिन्तन करना  
अनुप्रेक्षा है ।

चिन्तन किये हुए विषय पर धम  
वार्ता-उपदेश करना धर्मकथा है ।

पाच प्रकार के स्वाध्याय के लाभ  
क्या हैं, यह भी जान लेना चाहिए—

साहणरूवे च्चिअ अहुणा सज्झाय  
सद्दस्स भट्ठो अम्हाण अहिअ अभिट्ठो  
विज्जइ ।

धम्मगथाण अज्झाएण च्च जीवण-  
स्स सम्म विगासो हवेज्ज । सो च्चिअ  
सज्झाओ ।

विज्जालयेसु महाविज्जालयेसु वीस-  
विज्जालयेसु य कड अज्झयण ण  
सज्झाओ ।

तत्थ हु भोइअविसपाण सिक्खा  
लब्धिज्जइ ।

कामोद्दीवयपोत्थयाण उबझासकहाण  
य अज्झयण वि सज्झाओ न हवइ ।

विसयासत्तिविणासकारीण गथाण  
एव अज्झयण सज्झाओ हवइ ।

सज्झाओ महतो तवो विज्जइ ।  
सज्झायस्स सम अन्नतवो नत्थि—

न वि अत्थि न वि होहिइ, सज्झा-  
यसम तवो कम्म ।

तवस्स बारसभेएसु सज्झाओवि एगो ।

एसो अन्तरिओ तवो विज्जइ ।

अणेण अप्पकम्माणिज्जरा हवइ ।

उत्तराज्झयण सुत्ते भयव पुट्ठो—

सज्झाए ण भन्ते । जीवे कि  
जणयइ ?

भगवया कहिअ—

सज्झाएण जीवे नाणावरणिज्ज  
कम्म खवई ।

वतमान मे हमे साधन रूप द्वितीय  
अथ मे स्वाध्याय अधिक इष्ट है,  
इच्छित है ।

धर्म ग्रन्थों के अध्ययन से जीवन  
का सम्यक्—सम्पूर्ण रूप में विकास होता  
है, इसलिए यह स्वाध्याय है ।

विद्यालय, महाविद्यालय एवं विश्व-  
विद्यालय आदि में की हुई पढाई  
स्वाध्याय नहीं कहलाती ।

(क्योंकि) वहाँ भौतिक (लौकिक)  
विषयों की शिक्षा दी जाती है ।

कामोद्दीपक पुस्तकों का, उपन्यास-  
कथा कहानी आदि का अध्ययन भी  
स्वाध्याय नहीं कहा जा सकता ।

वास्तव में विषयासक्ति दूर करने  
वाले ग्रन्थों का अध्ययन ही स्वाध्याय  
कहलाता है ।

स्वाध्याय महान तप है । स्वाध्याय  
के समान अन्य दूसरा तप नहीं है । जैसा  
कि कहा है—

स्वाध्याय के समान अन्य तप न तो  
है, और न ही होगा ।

तप के बारह भेदों में स्वाध्याय भी  
एक है ।

यह आभ्यन्तर तप है ।

इससे आत्मा पर लगे हुए कर्मों की  
निजरा होती है ।

उत्तराध्ययन सूत्र में भगवान से  
पूछा गया है—

भन्ते । स्वाध्याय से जीव को क्या  
लाभ होता है ?

भगवान ने उत्तर दिया—

स्वाध्याय से जीव ज्ञानावरणीय  
कर्मों का नाश करता है ।

सज्ज्ञाय कुणतो णरो अपणिग्गह  
करिउ पहवइ ।

सो इदियाण उव्वरि वियय पावइ ।

मणवयणकायाण पवत्तीण गुत्ति  
कुणइ ।

तत्समणो एगगो जायइ । सज्ज्ञाअ-  
रओ भिक्खू समाहिंथो हवइ, जहा  
मणिअ—

सज्ज्ञाय कुव्वतो पचेन्दिअ—

सबुडो तिगुत्ते य ।

हवइ य एगगमणो

विणएण समाहिओ भिक्खू ॥

भगवईसुत्ते उववाईसुत्ते य सज्ज्ञाय-  
स्स पच्चमेया वुच्चत्ते—

वायणा, पडिपुच्छणा, परियट्ठणा,  
अणुपेहा, धम्मकहा य ।

वायणाए सज्ज्ञाओ आरभइ ।

आगम गथाण सत्थाण य पढण-पाढण,  
सवण सावण वायणा हवइ ।

सकानिवारणत्थ गुरुतो पुच्छण  
पडिपुच्छणा कहिज्जइ ।

पढिअ पाठस्स पुणरावट्ठण परि-  
चट्ठणा होइ ।

सुअस्स पढिअस्स वा चित्तण  
अणुपेहा भवइ ।

चित्तणतर किरियमाणा धम्मचट्ठा  
धम्मकहा वुच्चइ ।

पचविहाण मज्झाण के लाहा नि  
जाणिअत्त्व ।

स्वाध्याय-जिज्ञा ]

स्वाध्याय करता हुआ मनुष्य आत्म-  
नियह (आत्म समय) करने में समर्थ  
होता है ।

वह इन्द्रियो पर विजय प्राप्त कर  
लेता है ।

वह मन, वचन एवं काया की प्रवृ-  
त्तियो की गुप्ति (समय) कर सकता है ।

उसका मन एकाग्र हो जाता है ।  
स्वाध्याय में निरत (भिक्षु) समाधि में  
स्थित हो जाता है, जैसा कहा है—

पचेन्द्रिय से सबृत, तीन गुप्ति से  
गुप्त, विनयसमाधि से युक्त भिक्षु  
स्वाध्याय करता हुआ एकाग्र मन हो  
जाता है ।

भगवती सूत्र तथा उववाई सूत्र में  
स्वाध्याय के पाँच भेद बताये हैं—

वाचना, प्रतिपृच्छना, परिवत्तना,  
अनुप्रेक्षा, धम्मकथा ।

वाचना से स्वाध्याय का प्रारम्भ  
होता है ।

आगम ग्रन्थ एवं शास्त्रों का पढ़ना,  
पढ़ाना, सुनना, सुनाना यह वाचना है ।

शका निवारण के लिए गुरुजनों से  
प्रश्न आदि पूछना प्रतिपृच्छा है ।

पढ़े हुए पाठ का पुन पुन आवृतन  
दुहराना परिवत्तना है ।

पढ़े हुए श्रुत ज्ञान पर चिन्तन करना  
अनुप्रेक्षा है ।

चिन्तन किये हुए विषय पर धर्म  
वार्ता-उपदेश करना धर्मकथा है ।

पाच प्रकार के स्वाध्याय के लाभ  
क्या है, यह भी जान लेना चाहिए—

१ सत्यभासिअवयणाणुसार वायणाए  
जीवो णिज्जर जणयइ ।

२ पडिपुच्छणाए सुत्तत्थतदुभयाइ  
विसोहेइ ।

३ परियट्टणाए ण वजणाइ जणयइ,  
वजणलाइ य उप्पाएइ ।

४ अणुप्पेहाए ण आउयवज्जाओ  
सत्तकम्मपयडोओ घणियवधण बद्धाओ  
सिद्धिल वधण बद्धाओ पकरेइ ।

५ धम्मकहाए ण णिज्जर जणयइ,  
धम्मकहाएण पवयण पभावेइ ।

ठाणागसुत्ते डुविह धम्मे पण्णत्ते—  
सुयधम्मे य चरित्तधम्मे ।

सुय सख्व उत्त—सुयधम्मो  
सज्झाओ ।

सज्झाए वायणा किमट्ठ करणि-  
ज्जात्ति ठाणागे एव कहिअ—

पवहिंठाणेहि सुत्त वाएज्जा तज्झा-

१ सगगहट्ठयाए ।

२ उवगगहणट्ठयाए ।

३ णिज्जरणट्ठयाए ।

१ शास्त्र-भाषित वचनो के अनु-  
सार वाचना करने से कर्मों की निर्जरा  
होती है ।

२ प्रतिपृच्छना से सूत्र एव अर्थ-  
तथा इन दोनों को शुद्ध दोष रहित  
करता है ।

३ परिवर्तना (परावर्तन) से व्यञ्जन  
(शब्दपाठ) स्थिर होता है । और  
पदानुसारिता आदि व्यञ्जनलब्धि को  
प्राप्त करता है ।

४ अनुप्रेक्षा से—आयुष्यकर्म को  
छोड़कर अन्य सात कर्मप्रकृतियों के  
गाढ बन्धन को शिथिल बन्धन वाली  
करता है ।

५ धर्म कथा से कर्म-निर्जरा तथा  
प्रवचन की प्रभावना करता है ।

स्थानाग सूत्र में धर्म के दो प्रकार  
बताये हैं—श्रुतधर्म तथा चारित्रधर्म ।

श्रुतधर्म का स्वरूप इस प्रकार  
बताया है—श्रुतधर्म स्वाध्याय रूप है ।

स्वाध्याय में वाचना क्यों करना  
चाहिए, इस विषय में स्थानाग सूत्र  
(५ सूत्र २२३) में कहा है—

पाँच कारणों से सूत्र-वाचना  
(अध्यापन) कराना चाहिए । जैसे—

१ समग्र के लिए—शिष्यों को  
श्रुत सम्पन्न करने के लिए ।

२ उपग्रह के लिए—भक्त, पान  
तथा उपकरण आदि की विधिवत् उप-  
लब्धि कर सके, वंसी क्षमता—पान्रता  
उत्पन्न करने के लिए ।

३ कम निजरा के लिए ।

४ सुत्ते वा मे पज्जवाए भविस्मइ ।

५ सुत्तस्स वा अविच्छिन्निणय-  
दठ्याए ।

सुत्ताण सिक्खण किमट्ठ करणिज्ज ?

एअस्स पण्हस्सावि समाहाण कइ । जहा—  
पच्चाह् ठाणोह् सुत्त सिक्खेज्जा तजहा—

१ णाणदठ्याए ।

२ दमणदठ्याए ।

३ चरित्तदठ्याए ।

४ तुगहविभोयणदठ्याए ।

५ जहत्ये वा भावे जाणिस्समीत्ति  
कट्ठु ।

उवणिसएसु वि सज्जाये यमाओ  
निमिद्धो ।

अज्झयणत्तर गच्छतो छात्तो कहि-  
एज्ज—‘स्वाध्यायान्मा प्रमद ।’

सज्जाए दत्तामाणसेण मणूसेण  
सत्त्वहुहाण णात्तो करिउ सभवइ ।

जीवेण यम्म णाण च्चिअ सज्जाएण  
उवलम्भीअइ ।

उम्मगो भमियाण जणाण सज्जाओ  
एव दीवोत्थि ।

४ अध्यापन मे भेग श्रुत—पर्य-  
वसित—विकमित या सुस्थिर हो जावेगा,  
इसलिए तथा—

५ श्रुत पम्पणा को अविच्छिन्न  
रखने के लिए

सूत्र (श्रुत) का शिक्षण—अध्यापन-  
अध्ययन द्यो करना चाहिए ? इस विषय  
मे भी समाधान करते हुए कहा है—

१ ज्ञान के लिए—नवीन-नवीन  
विषयो तत्वो का ज्ञान करने के लिए

२ दशन के लिए—श्रद्धा (सम्यग्  
दशन) की सम्पुष्टि के लिए

३ चारित्र के लिए—आचार की  
विशुद्धि के लिए

४ व्युद्ग्रह-निमोचन के लिए—  
दूसरो को भ्रष्टा अभिनिवेश या कदा-  
ग्रह आदि से मुक्त करने के लिए

५ मैं यथार्थ (वास्तविक) भावो  
(तत्वो) को जानूंगा इसलिए ।

उपनिषद (वैदिक साहित्य) मे भी  
स्वाध्याय मे प्रमाद करने का निषेध  
किया है ।

अध्ययन सम्पन्न करके जाते हुए  
शिष्य छात्र को गुरु कहते है—स्वाध्याय  
मे प्रमाद मत करना ।

स्वाध्याय मे जिसका चित्त लग  
गया है, वह मनुष्य सब दुखो का नाश  
कर सकता है ।

स्वाध्याय से जीव सम्यक् ज्ञान की  
प्राप्ति कर सकता है ।

उन्मार्ग मे भटकते हुए जीवो के  
लिए स्वाध्याय दीपक तुल्य है ।

( शेष पृष्ठ ३५ पर )



सूत्रो के भेदोपभेद—

(१) उत्सर्ग सूत्र—जिसमे किसी वस्तु का सामान्य-विधान किया गया हो, जैसे—“नो कप्पइ णिग्गयाण वा णिग्गथीण वा आमे ताल-पल्लवे पडिगाहित्तए ।”

(२) अपवाद सूत्र—जो उत्सर्ग का वाधक हो, यथा—कप्पइ णिग्ग-  
थाण वा णिग्गथीण वा पक्के ताल-पल्लवे भिण्णे वा अभिण्णे वा  
पडिगाहित्तए ।”

(३) उत्सर्गपिवाद—जिनमे दोनो हो, जैसे—नो कप्पइ णिग्गयाण वा  
णिग्गथीण वा पारियासियस्स णणत्थ आगाढेह रोमा य ।

(४) प्रकरण सूत्र—जिसका प्रकरणानुसार नाम हो, जैसे—कावि-  
लीय, केसिगीयमिज्ज इत्यादि ।

(५) सज्ञा सूत्र—जिसमे सामान्यतया किसी विषय का वर्णन हो,  
काविलीय केसिगीयमिज्ज इत्यादि ।



( शेष पृष्ठ ३३ का )

अस्स पगात्ते मणूसो सुमग्ग अणवेसिज  
पहवइ ।

सज्झायत्तीलो मणूसो अधयार  
विणासइ, पयास य लब्भेइ ।

रागदोसाण अतोवि सज्झाएण व्व  
मविज सक्कइ ।

सत्त्व खु सज्झायाणतर जीवण  
निम्मल भवइ ।

सज्झाएण च्चिय वितुद्धा किरिया,  
वितुद्ध चरिय । विसुद्ध सामाइय च  
भवति ।

अओ मज्झाओ जीवणस्स पयाम-  
पुजोत्थि ।

इसके प्रकाश मे मनुष्य सन्मार्ग  
का अन्वेषण कर सकता है ।

स्वाध्यायशील मनुष्य बन्धकार का  
नाश कर—प्रकाश प्राप्त करता है ।

स्वाध्याय से ही राग-द्वेष का अन्त  
हो सकता है ।

सत्य है, स्वाध्याय से ही जीवन  
निर्मल होता है ।

स्वाध्याय से ही क्रिया विशुद्ध होती  
है, चारित्र विशुद्ध होता है, सामायिक  
विशुद्ध होती है ।

अत यह सत्य है—स्वाध्याय ही  
जीवन का प्रकाश पुंज है ।

—अनुवाद

श्रीचन्द्र सुराना 'सरस'

# सर्वश्रेष्ठ स्वाध्याय का माध्यम—सूत्र

माधारण स्वाध्याय में ऐसे किसी सद्ग्रन्थ को सम्मिलित किया जा सकता है, जो तप, सयम, क्षमा और अहिंसा आदि भावों को जागृत एवं पुष्ट करता हो। परन्तु उन आध्यात्मिक ग्रन्थों में भी द्वादशांगी के आश्रित सूत्रों का पठन-पाठन ही सर्वश्रेष्ठ स्वाध्याय कहा जा सकता है। सूत्र में आप्त पुरुषों की अनुभव-वाणी का प्रवाह होता है जो निस्सन्देह आत्म-गुणों को विकसित करने का कारण होता है। सूत्र की व्याख्या करते हुए कहा है कि—

“सूत्र्यते परमार्थं तत्त्वानि यत्र तत् सूत्रम् ।” — अर्थात् जिसमें आत्मा परमात्मा आदि पारमार्थिक तत्त्व गूँथे जायें, वह सूत्र है।

“सूचनात् सूत्रम्”—जो विधि-निषेध की सूचना करे, ऐसा करो, ऐसा मत करो—इस प्रकार जिससे साधना मार्ग का निर्देश प्राप्त हो, वह सूत्र है।

“अल्पाक्षर विशिष्टत्वे सति बहुव्ययबोधकत्वं सूत्रत्वम् ।”—अर्थात् जहाँ अक्षर थोड़े और अर्थ-बोध अधिक हो, उसे सूत्र कहते हैं।

धार्मे में मोती की तरह जिसमें अरिहन्त देव के वचनों को पिरोया जावे। मोती के मनके जैसे सूत्र में पिरोये जाते हैं, इसी तरह जिन पदों में वीतराग वचनों का संग्रह किया जावे, उसे भी सूत्र कहते हैं। जैसा कि आचार्यों ने कहा है—

अथ भासइ अरहा, सुत्त गथति गणहरा निजणा ।

मासणस्स हियट्ठाए, तओ सुत्त पव्वत्तइ ॥

अर्थात्—अरिहन्त अर्थ का कथन करते, गणधर उनको निपुणता से सूत्र रूप में ग्रन्थन करते हैं। फिर शासन के हित के लिए सूत्र की प्रवृत्ति होती है। फिर कहा है कि—

अपगथमहत्थ, वत्तीसा-दोसविरहिय ज च ।

लक्खण-जुत्ता सुत्ता, अट्ठहि य गुणेहि उववेय ॥

अर्थात्—जो ग्रन्थ से अल्प और अर्थ में महान्-विशाल और ३२ दोषों से रहित हो, तथा आठ गुणों से युक्त हो, वह लक्षण युक्त सूत्र होता है।



## स्वाध्याय : समुद्देशः

—श्री प्रकाशचन्द जैन  
(जलगवि)

आधिव्याधुपाधिसत्रस्ते जन्मजरामरणाक्रान्ते अस्मिन् असार ससारे जीवा स्वकर्मणा मुखानि दु खानि च प्राप्नुवन्ति । मोहाज्ञानाभ्याम् जीवोऽष्टविधकर्माणि व्रध्नाति । द्वादशविधतपोग्निना पूर्ववद्वकर्मणि क्षपयित्वा अव्याबाधमुख प्राप्नु शक्नोति । स्वाध्यायोऽपि एक तपोऽस्ति । आगमानुसारेण साधुभि अहनि चतुर्याम स्वाध्याय करणीय । आगारधर्मानुपालकस्य श्रावकस्य एने षडावश्यककर्माणि सन्ति—

देवार्चा गुरुश्रूषास्वाध्याय समयस्तप ।

ध्यान चेति गृहस्थाणम्, षट् कर्माणि दिने दिने ॥

एतेषु षडावश्यककर्मसु स्वाध्यायोऽपि एकमावश्यक कर्म अस्ति । अत सवे जनै अवश्य स्वाध्याय करणीय ।

स्वाध्याय शब्दस्य मुख्यत द्वौ अथो स्त । आद्य—सु+आङ्+अधि+इ धातो घञ् प्रत्यययोगेन स्वाध्याय इति शब्द सिद्ध । तेन सुशास्त्राणाम् मर्यादापूर्वकं यत् अध्ययन क्रियते स स्वाध्याय इति कथ्यते ।

द्वितीयार्थस्त्वयम्—स्वस्य अध्ययन—कोऽहमस्मि । कस्मात् स्थानात् अत्र आगच्छम् किकर्त्तव्यम्, मया इत कुत्र गमिष्यामि, अस्माकम् धर्मं संस्कृतिश्च किं, धनोपार्जनम् कीदृश कर्त्तव्यम् इत्यादि स्वानुप्रेक्षा स्वाध्याय इति अभिधीयते । अर्थात् आत्मना आत्मनो अध्ययन स्वाध्याय इति कथ्यते ।

तत्त्वार्थादिषु शास्त्रेषु आचार्ये स्वाध्याय पञ्चविध प्रकीर्तित तद्यथा—वाचिनापृच्छनानुप्रेक्षास्नाय धर्मोपदेशा ।

अहिंसा क्षमा दया दानादिषु रूच्युत्पादकानाम् सच्छास्त्राणाम् पठनम्-वाचना । पठने आगतानाम् कठिनशब्दानाम् अर्थानाम् च गुरो समीपे पृच्छनम्—पृच्छना । भावार्थस्य चिन्तनमनुप्रेक्षा । अधिगतार्थस्य पुनरावृत्ति आस्नाय । सरलावबोधनार्थं महापुरुषाणाम् कथादिकरणम् धर्मकथा ।

जीवने स्वाध्यायस्य महाफल अस्ति । श्रीमदुत्तराख्यानस्य एकोन-त्रिंशेऽध्यायने भगवता गौतमेन भगवान् महावीर पृष्ट —

स्वाध्यायेन, भदन्त ! जीव किं जनयति ।

भगवान् महावीर उक्तवान्—

स्वाध्यायेन, गौतम ! जीव ज्ञानावरणीय कर्म क्षपयति ।

इतरधर्मग्रन्थै अपि स्वाध्यायमहिमा गीयते । उपदेशकल्पवल्याम्  
ग्रन्थे—चतुर्वारं विधातव्यं स्वाध्यायोऽयमर्हनिशम् । उपनिषदि—  
यायान्न प्रमदितव्यम् इति उक्त्वा स्वाध्यायो जीवनस्य अत्यावश्यक  
रस्ति इति दर्शितम् । स्वाध्यायेन चित्तस्य एकाग्रता वर्धते, मनसि शुभ-  
ल्प आयाति तेन स्वास्थ्यं च प्राप्नोति ।



### तीन दुर्बोध्य तीन सुबोध्य

तत्रो दुसण्णप्पा पणत्ता

तत्रो सुसण्णप्पा पणत्ता

१ दुष्टे

१ अदुष्टे

१ मूढे

२. अमूढे

३ व्युद्ग्राहि

३ अव्युद्ग्राहिते

—स्थानाग सूत्र ३/४७८

तीन प्रकार के व्यक्ति को बोध देना कठिन है—

१ दुष्ट—मलिन स्वभाव वाला

२ मूढ—गुण-दोष के विवेक से शून्य

३ व्युद्ग्राहित—अन्य कलह प्रियव्यक्ति द्वारा गड़काया/उकसाया हुआ ।

इसके विपरीत तीन व्यक्ति सुबोध्य (बोध देना सरल) है—

१. अदुष्ट — सरल हृदय

२ अमूढ — विवेक एवं ज्ञानवान

३ अव्युद्ग्राहित — शान्तिप्रिय

(‘आगम सुवत्ता’ से सकलित) ।

अध्ययन मनुष्य की बुद्धि को विकसित करता है, मेधा को पुष्ट करता है तो स्वाध्याय—मनुष्य की आत्म शक्ति को विकसित करके आत्मज्ञान के द्वार खोलता है।

भ० महावीर ने कहा है—

स्वा

ध्या

य

सज्जाए वा निउत्तेण सव्व दुक्ख विमोक्खणे

—उत्तरा २६ अ गा १०

गुरु स्वाध्याय की आज्ञा दे तो सर्व दुखों से मुक्त करने वाला स्वाध्याय करे।

स्वाध्याय वह सजीवनी जड़ी है, जो शास्त्रों के

## आत्मानुभूति की कला

—उपाध्याय श्री केवल मुनि

द्रोणाचल पर पैदा होती है, किन्तु कोई विरला हनुमान ही इसे लाने में समर्थ होता है।

चन्द्रप्रज्ञप्ति सूत्र में कहा गया है—

न वि अत्थि य न वि य होई सज्जाएण सम तवोकम्म।

/स्वाध्याय के समान न तो कोई दूसरी तपस्या है, और न ही भविष्य में होगी—यह एक अद्वितीय तप है, अनूठी साधना है। इस साधना के द्वारा अनेक जन्मों के संचित दुष्कर्म क्षणभर में विनष्ट हो जाते हैं। जैसे रुई का ढेर आग की एक चिंगारी से भस्म हो जाता है, लाखों करोड़ों घन मीटर सघन अन्धकार सूर्य की एक किरण से समाप्त हो जाता है, वैसे ही स्वाध्याय—तप के द्वारा करोड़ों कर्म क्षय हो जाते हैं<sup>१</sup>।

स्वाध्याय कर्म क्षय करने के साथ आत्मा को शुद्ध भी करता है। दशवैकालिक सूत्र का वचन है, कि जैसे अग्नि में तपाने से सोने-चाँदी का मेल दूर होकर वह विशुद्ध हो जाता है वैसे ही स्वाध्याय-सद्व्यान करने से आत्मा की शुद्धि होती है। ज्ञानावरण के सघन बादल छँटते हैं, ज्ञान का दिव्य आलोक जगमगाने लगता है।<sup>२</sup>

१ बहुभवे सचिय कम्म सज्जाएण खणे खवेई—

२ दशवैकालिक ८।६३

यू तो स्वाध्याय की परम्परा ने ही भारतीय आत्मविद्या को जीवित रखा है। वेद, उपनिषद्, आगम ये सभी स्मृति के आधार पर चले जा रहे हैं। स्वाध्याय के वाचना, पृच्छना, परिवर्तना, अनुप्रेक्षा और धर्मकथा—ये पाँच अंग हैं और इन्हीं पचागो के आधार पर अगाध रत्न राशि सुरक्षित रही है।

स्वाध्याय के अभाव में ज्ञान लुप्त हो जाता है। एक पहेली है—

पान सड़े घोड़ा अड़े विद्या विसर जाय।

तवे पर रोटी जले, कहो चेला किण न्याय ॥

गुरुजी, फेर्यो नहीं।

पान को पलटा नहीं जाये तो वह सड़ जाता है, घोड़े को फिराया नहीं जाय तो वह खड़ा-खड़ा अकड़ जाता है, तवे पर रोटी रखकर फेरे नहीं तो जल जाती है, वैसे ही ज्ञान पढ़कर उसे चितारे नहीं, परिवर्तना नहीं करे तो वह भूल जाता है।

आज हमारे आगमों की विशाल ज्ञानराशि लुप्त क्यों हो गई? आगम के ज्ञान रत्न विच्छिन्न कैसे हो गये? प्राचीन विद्याएँ विस्मृत क्यों हो गई? स्वाध्याय के अभाव में ही।

स्वाध्याय वह रथ है, जिस पर आरूढ़ होकर ज्ञान रूपी सारथी, युग-युग की यात्रा करता रहता है।

**स्वाध्याय का अर्थ—**

अध्ययन का अर्थ है पढ़ना, आजकल स्वाध्याय का अर्थ अच्छी पुस्तकें पढ़ना भी करते हैं। यह लौकिक अर्थ है। किन्तु लोकोत्तर अर्थ में स्वाध्याय का अर्थ है—अच्छे ढंग से अच्छे शास्त्र पढ़ना।

**सुष्ठु-आ मर्यादया अधीयते इति स्वाध्याय**

—अभयदेवसूरि स्थानाग टीका

सत् शास्त्र को मर्यादापूर्वक, विधिपूर्वक पढ़ना स्वाध्याय है।

हर किसी पुस्तक को चाटना, स्वाध्याय नहीं बन सकता। स्वाध्याय के लिए कुछ मानदण्ड हैं। जिन्हें याद रखना जरूरी है—

स्वाध्याय में एकाग्रता, नियमितता, लक्ष्य की पवित्रता और निर्विकारता ये चार बातें आवश्यक हैं।

१. स्वाध्याय के लिए स्थिर आसन से मन को एकाग्र करके बैठिए जिस पुस्तक को पढ़ रहे हैं जिस शास्त्र का अवलोकन कर रहे हैं उसी पर दृष्टि स्थिर कीजिए। यदि स्मरण-चिन्तन कर रहे तो मन की आँखों में

उस वस्तु का चित्र सामने रखिए । आपको वही पुस्तक, वही ध्येय सामने दिखाई दे, यह स्वाध्याय का पहला नियम है ।

२ स्वाध्याय नियमित होना चाहिए उसमें निरन्तरता बनी रहनी चाहिए । एक दिन किया एक दिन छोड़ा—इससे न तो स्वाध्याय का आनन्द आता है और न उसमें कोई चमत्कार पैदा होता है ।

आयुर्वेदिक औषधियों के निर्माण में यह नियम है कि जब उन्हें घोटना या पीसना चालू करते हैं तो निरन्तर उनकी घुटाई चलती रहनी चाहिए । चौसठ प्रहरी पीपल बनती है तो चौसठ प्रहर तक बिना व्यवधान के उसकी घुटाई चलती है, और तभी उसमें वह शक्ति पैदा होती है । यदि बनाने की विधि में दोष आ गया, निरन्तरता खण्डित हो गई तो फिर औषध में वह गुण नहीं आयेगा जो आना चाहिए । औषध तो जड़ वस्तु है, किन्तु स्वाध्याय तो चेतन की क्रिया है, इस क्रिया में समय की पाबन्दी, नियमितता और निरन्तरता बहुत आवश्यक है । निरन्तर स्वाध्याय करने वाले का स्वाध्याय तेजस्वी और प्रभावकारी सिद्ध होता है ।

३ लक्ष्य की पवित्रता—स्वाध्याय धार्मिक ग्रन्थों का किया जाता है । अतः स्वाध्याय के लिए ऐसे उत्तम ग्रन्थों का चयन कीजिए जिनमें आत्मा की पवित्रता, कर्मायो की प्रेरणा भरी हो । कूड़ा-कंकट उठा कर पढ़ना स्वाध्याय नहीं है । जिस स्वाध्याय से आपकी भावना में स्फुरण हो, मन में परिवर्तन हो, भावों में विशुद्धि या निर्मलता आती हो और ऐसा लगता हो कि आप सचमुच कोई ऐसी चीज पढ़ रहे हैं जो आपकी आत्मा तक पहुँच रही है । यही स्वाध्याय की सार्थकता या कसौटी है ।

४ स्वाध्याय की चौथी शर्त है—निर्विकारता । मन को भौतिक कामना, लालसा और विषयेच्छाओं से मुक्त करके निर्विकार बनाइये । जैसे पूजा के लिए स्नान करके शुद्ध वस्त्र पहनकर पुजारी मन्दिर में जाता है उसी प्रकार स्वाध्याय के मन्दिर में प्रवेश करते समय मन का सब मैल साफ कर लीजिए । लोभ-लालच आदि विकारों के अशुद्ध वस्त्र उतार लीजिए । मन को पवित्र, निर्विकार और शान्त अनुभव करते हुए स्वाध्याय प्रारम्भ कीजिए और जब तक मन स्थिर रहे, आनन्द की अनुभूति जगती रहे इस क्रम को चालू रखिए ।

यदि इन चार नियमों को ध्यान में रखकर आप स्वाध्याय करेंगे तो आपको अपना लक्ष्य, इष्ट अवश्य ही प्राप्त होगा । महर्षि पतञ्जलि ने स्वाध्याय की इसी स्थिति के लिए कहा है—

स्वाध्यायादिष्ट देवता सप्रयोग —योग दर्शन

स्वाध्याय से अपने इष्टदेव का साक्षात्कार किया जा सकता है ।

यह इष्टदेव, मनवांछित फल तभी प्राप्त हो सकता है जब स्वाध्याय में तन्मयता और निर्विकारता आदि वाते हो ।

इसलिए स्वाध्याय कीजिए, अपने आपको पाने के लिए, अपने लक्ष्य को वेधने के लिए नियमित स्वाध्याय कीजिए । स्वाध्याय से आत्मानुभूति कर प्रफुल्लता का अनुभव कीजिए ।

( 'जीने की कला' से साभार )



### ससार से पार होने के तीन उपाय

तिर्हि ठाणोहं ससार कतार वोईवएज्जा,

१ अणिदाणयाए

२ विट्ठ सपणयाए

३ जोगवाहियाए

—स्वानाग ३, सूत्र ८८

तीन कारणों से चतुर्गति रूप ससार कान्तार को पार किया जाता है—  
जैसे

१ अनिदानता—साधना में भोग प्राप्ति के लिए सकल्प नहीं करने से

२ दृष्टि सम्पन्नता—सम्पद् दृष्टि सम्पन्न होने से

३ योगवाहिता—योग का वहन करने या चित्तममाधि की विशिष्ट साधना करने से

( — 'आगम मुक्ता' से सकलित )

# सक्षिप्त : अर्धमागधी-व्याकरणा

—सकलित

व्याकरण—

भाषा की शुद्धाशुद्धि का बोध, शब्द एवं वाक्य गठन के नियम तथा शब्दों के विविध अर्थ आदि का ज्ञान कराने वाला शास्त्र व्याकरण है ।

व्याकरण की रचना प्राचीन काल से होती रही है । दृष्टिवाद नामक १२वें अंग में १४ पूर्व सन्निविष्ट थे । पूर्व में 'वस्तु' एवं 'प्राभृत' नाम से दो विभाग होते थे । आवश्यकचूर्णि आदि ग्रन्थों के अनुसार १४ पूर्व में 'शब्द प्राभृत' (सद् पाहुड) नामक एक पूर्व था । तत्त्वार्थ सूत्र भाष्य टीकाकर्ता सिद्ध सेन गणि के अनुसार 'शब्द प्राभृत' से व्याकरण का उद्भव हुआ । 'शब्द प्राभृत' लुप्त हो गया किन्तु उसमें उद्भूत व्याकरण का ज्ञान आज विद्यमान है । संस्कृत—प्राकृत—अधमागधी आदि भाषाओं के अनेक व्याकरण आज मिलते हैं । इनमें आचार्य हेमचन्द्रकृत 'प्राकृत व्याकरण' प्राकृत भाषा का सबसे प्राचीन, प्रामाणिक तथा विशाल व्याकरण है । इसके पश्चात् शतावधानी मुनिश्री रतनचन्द्रजी महाराज ने वि० सं० १९६५ में अधमागधी व्याकरण की रचना की । विशेष जिज्ञासुओं के लिए उक्त व्याकरण पठनीय है ।

यहाँ हम व्याकरण के सामान्य नियम दे रहे हैं । पाठक इनको समझकर भाषा ज्ञान प्राप्त करने में प्रयत्नशील होंगे ।

## स्वरो का प्रयोग

- १, अर्धमागधी में 'ऋ' 'लृ' ऐ, औ, का प्रयोग नहीं होता ।
- २ सयुक्त व्यंजन से पूर्व दीर्घ स्वर के स्थान में ह्रस्व का प्रयोग होता है—जैसे—आम्र = अब इत्यादि ।
- ३ 'ऋ' के स्थान में 'अ' और कहीं कहीं 'इ' 'उ' और 'रि' भी होता है । जैसे—धृत = धय, कृपा = किवा, स्पष्ट = पुट्ठ, ऋद्धि = रिद्धि ।
- ४ 'लृ' के स्थान में 'इलि' होता है, जैसे—क्लृप्त = किलित ।
- ५ सयुक्त व्यंजन से पूर्व 'इ' और 'उ' के स्थान में 'ए' और 'ओ' का प्रयोग प्राय होता है, जैसे—विल्व = वेल्व, पुष्करिणी = पोखरिणी ।

६ 'ऐ' और 'औ' के स्थान में 'ए' 'अइ' और 'ओ' 'अउ' होता है।  
जैसे—वैद्य = वेज्ज, वैशाख = वइसाह, यौवन = जोव्वण, पौर = पउर,  
विशेष—सौन्दर्यम् = सुदेर, दौवारिक = दुवारिकी, गौरव = गारव, गउरव,  
नौ = नावा इत्यादि।

व्यंजनो का प्रयोग

१ 'म्ह' और 'ल्ह' के अतिरिक्त विजातीय सयुक्त व्यंजन प्रयुक्त  
नहीं होते, जैसे—पक्व = पक्के।

२ स्वर रहित केवल व्यंजन का प्रयोग नहीं होता, जैसे—राजन् =  
राय, तमस् = तम।

सयुक्त व्यंजनो में परिवर्तन

१ क्त—क्य—क्त—कल—कव, त्क—कं—ल्क के स्थान में 'क्क'  
होता है। जैसे—मुक्त = मुक्क, शाक्य = सक्क, शक्र = सक्क, विकलव =  
विवक्कव, पक्व = पक्क, उत्कठा = उक्कठा, अर्क = अक्क, चल्कल = चक्कल।

२ ख—स—ख्य—क्ष—त्क्ष—त्ख—ष्क—स्क—स्ख के स्थान में  
'क्ख' होता है। जैसे—दु ख = दुक्ख, मक्षिका = मक्खिया, मुख्य = मुक्ख,  
भक्ष्य = भक्ख, उत्क्षिप्त = उक्खित्त, उत्खात = उक्खाय, पुष्कर = पोक्खर,  
प्रस्कदन = पक्खदन, प्रखलित = पक्खलिय।

३ ग्न—ग्म—ग्य—ङ्ग—द्ग—र्ग—ल्ग के स्थान में 'ग्ग' होता है।  
जैसे—सविग्म = सविग्ग, युग्म = जुग्ग, आरोग्य = आरोग्ग, समग्र = समग्ग,  
खङ्ग = खग्ग, मुद्ग = मुग्ग, मार्ग = मग्ग, वल्ग = वग्ग।

४ घ्न—घ्न—द्घ—र्घ के स्थान में 'ग्घ' होता है। जैसे—कृतघ्न =  
कयग्घ, शीघ्र = सिग्घ, उद्घाटन = उग्घाडण, दीर्घ = दिग्घ।

५ च्य—त्य—त्व, थ्य—र्च के स्थान में 'च्च' होता है। जैसे—  
वाच्य = वच्च, अपत्य = अवच्च, कृत्वा = किच्चा, तथ्य = तच्च, वर्च  
= वच्च।

६ थ्य—क्ष—क्ष्म—छ्—त्स—त्स्य—प्स—च्छ—श्च—स्त के स्थान  
में 'च्छ' होता है। जैसे—लक्ष्य = लच्छ, दक्ष = दच्छ, लक्ष्मी = लच्छी,  
कृच्छ्र = किच्छ, वत्सल = वच्छल, मत्स्य = मच्छ, नेपथ्य = नेवच्छ, अप्सरा =  
अच्छरा, मूर्च्छा = मुच्छा, पश्चात् = पच्छा, विस्तीर्ण = विच्छिन्न।

७ ज्य—ज्ज, ज्व—द्य—द्द—ब्ज—ज्य—र्य—र्ज—ज्य के स्थान में  
'उज' होता है, जैसे—विभाज्य = विभज्ज, वज्र = वज्ज, प्रचलित = पज्ज-  
लिय, अनवद्य = अणवज्ज, विद्वान् = विज्ज, अब्ज = अज्ज, शय्या = सिज्जा,  
वार्या = अज्जा, तर्जनी = तज्जणी, वर्ज्य = वज्ज।



## व्याकरण—

भाषा की शुद्धाशुद्धि का बोध, शब्द एवं वाक्य गठन के नियम तथा शब्दों के विविध अर्थ आदि का ज्ञान कराने वाला शास्त्र व्याकरण है।

व्याकरण की रचना प्राचीन काल से होती रही है। दृष्टिवाद नामक १२वें अंग में १४ पूर्व सन्निविष्ट थे। पूर्व में 'वस्तु' एवं 'प्राभृत' नाम से दो विभाग होते थे। आवश्यककर्त्तृणि आदि ग्रन्थों के अनुसार १४ पूर्व में 'शब्द प्राभृत' (सद् पाहुड) नामक एक पूर्व था। तत्त्वार्थ सूत्र भाष्य टीकाकर्त्ता सिद्ध सेन गणि के अनुसार 'शब्द प्राभृत' से व्याकरण का उद्भव हुआ। 'शब्द प्राभृत' लुप्त हो गया किन्तु उसमें उद्भूत व्याकरण का ज्ञान आज विद्यमान है। संस्कृत—प्राकृत—अर्धमागधी आदि भाषाओं के अनेक व्याकरण आज मिलते हैं। इनमें आचार्य हेमचन्द्रकृत 'प्राकृत व्याकरण' प्राकृत भाषा का सबसे प्राचीन, प्रामाणिक तथा विशाल व्याकरण है। इसके पश्चात् शतावधानी मुनिश्री रतनचन्द्रजी महाराज ने वि० स० १९६५ में अर्धमागधी व्याकरण की रचना की। विशेष जिज्ञासुओं के लिए उक्त व्याकरण पठनीय है।

यहाँ हम व्याकरण के सामान्य नियम दे रहे हैं। पाठक इनको समझकर भाषा ज्ञान प्राप्त करने में प्रयत्नशील होंगे।

## स्वरो का प्रयोग

१, अर्धमार्गधी में 'ऋ' 'लृ' ऐ, औ, का प्रयोग नहीं होता।

२ सयुक्त व्यंजन से पूर्व दीर्घ स्वर के स्थान में ह्रस्व का प्रयोग होता है—जैसे—आम्र = अब इत्यादि।

३ 'ऋ' के स्थान में 'अ' और कहीं कहीं 'इ' 'उ' और 'रि' भी होता है। जैसे—घृत = घय, कृपा = किवा, स्पष्ट = पुट्ठ, ऋद्धि = रिद्धि।

४ 'लृ' के स्थान में 'इलि' होता है, जैसे—क्लृप्त = किलित्त।

५ सयुक्त व्यंजन से पूर्व 'इ' और 'उ' के स्थान में 'ए' और 'ओ' का प्रयोग प्रायः होता है, जैसे—विल्व = बेल्व, पुष्करिणी = पोखरिणी।

६ 'ऐ' और 'औ' के स्थान में 'ए' 'अइ' और 'ओ' 'अउ' होता है।  
जैसे - वैद्य = वेज्ज, वैशाख = वइसाह, यौवन = जोव्वण, पीर = पउर,  
विशेष — सौन्दर्यम् = सुदेर, दीवारिक = दुवारिओ, गौरव = गारव, गउरव,  
नौ = नावा इत्यादि।

**व्यजनो का प्रयोग**

१ 'म्ह' 'ण्ह' और ल्ह के अतिरिक्त विजातीय सयुक्त व्यजन प्रयुक्त नहीं होते, जैसे — पक्व = पक्के।

२ स्वर रहित केवल व्यजन का प्रयोग नहीं होता, जैसे — राजन् = राय, तमस् = तम।

**सयुक्त व्यजनो में परिवर्तन**

१ क्त—क्य—क—कल—कव, त्क—कं—ल्क के स्थान में 'क्क' होता है। जैसे — मुक्त = मुक्क, शाक्य = सक्क, शक्र = सक्क, विक्लव = विक्कव, पक्व = पक्क, उत्कठा = उक्कठा, अर्क = अक्क, वल्कल = वक्कल।

२ ख—क्ष—ख्य—क्ष्य—त्क्ष—त्ख—ष्क—स्क—स्ख के स्थान में 'क्ख' होता है। जैसे — दु ख = दुक्ख, मक्षिका = मक्खिया, मुख्य = मुक्ख, भक्ष्य = भक्ख, उत्क्षिप्त = उक्खित्त, उत्खात = उक्खाय, पुष्कर = पोक्खर, प्रस्कदन = पक्खदण, प्रखलित = पक्खलिय।

३ ग्न—ग्य—ग्य—ङ्ग—द्ग—गं—लग के स्थान में 'ग्ग' होता है। जैसे — सविग्न = सविग्ग, गुग्म = जुग्म, आरोग्य = आरोग्ग, समग्र = समग्ग, खङ्ग = खग्ग, मुद्ग = मुग्ग, मार्ग = मग्ग, वल्ग = वग्ग।

४ घ्न—घ्न—दघ—घं के स्थान में 'ग्घ' होता है। जैसे — कृतघ्न = कयग्घ, शीघ्र = सिग्घ, उद्घाटन = उग्घाडण, दीर्घ = दिग्घ।

५ च्य, त्य—त्व, थ्य—र्च के स्थान में 'च्च' होता है। जैसे — वाच्य = वच्च, अपत्य = अवच्च, कृत्वा = किच्चा, तथ्य = तच्च, वर्च = वच्च।

६ थ्य—क्ष—क्ष्म—छू—त्स—त्स्य—प्स—च्छ—श्च—स्त के स्थान में 'च्छ' होता है। जैसे — लक्ष्य = लच्छ, दक्ष = दच्छ, लक्ष्मी = लच्छी, कृच्छ्र = किच्छ, वत्सल = वच्छल, मत्स्य = मच्छ, नेपथ्य = नेवच्छ, अप्सरा = अच्छरा, मूर्च्छा = मुच्छा, पञ्चात् = पच्छा, विस्तीर्ण = विच्छिन्न।

७ ज्य—ज्ज, ज्य—झ—द्व—ब्ज—य्य—र्य—र्ज—ज्य के स्थान में 'ज्ज' होता है, जैसे — विभाज्य = विभज्ज, वज्र = वज्ज, प्रज्वलित = पज्जलिय, अनवद्य = अणवज्ज, विद्वान् = विज्ज, अब्ज = अज्ज, शय्या = सिज्जा, आर्या = अज्जा, तर्जनी = तज्जणी, वर्ज्य = वज्ज।

८ ध्य—ध्व—ह्य, के स्थान में 'ज्झ' होता है, जैसे—उपाध्याय = उवज्झाय, बुध्वा = बुज्झा ग्राह्य = गेज्झ ।

९ त्त—त्त—र्त्त के स्थान में 'ट्ट' होता है । जैसे—वर्त्ती = वट्टी, पत्तन = पट्टण, नर्त्तक = नट्टग ।

१० ष्ट—ष्ठ—र्थ के स्थान में 'ट्ठ' होता है । जैसे—सतुष्ट = सतुट्ठ, निष्टुर = निट्ठुर, समर्थ = समट्ठ । त्त—र्त्त के स्थान में 'ड्ड' होता है, जैसे—गर्त्ता = गड्डा, विच्छर्त्त = विच्छड्ड । ढ्य—द्ध—र्ध के स्थान में 'ड्ढ' होता है, जैसे—धनाढ्य = धनड्ढ, वृद्धि = वुड्ढि, वर्धमान = वड्ढमाण ।

११ ज्ञ—ण्य—न्य—न्व—म्न—र्ण के स्थान पर 'ण्ण' होता है, जैसे—विज्ञान = विन्नाण, हिरण्य = हिरण्ण, धन्य = धण्ण, अन्वर्थ = अण्णत्थ, निम्न = निण्ण, सुवर्ण = सुवण्ण ।

१२ क्षण—श्न, ण्न—स्न—ह्ल के स्थान में 'ण्ह' होता है । जैसे—श्लक्ष्ण = सण्ह, प्रश्न = पण्ह, पृष्ठि = पण्हि, स्नान = ण्हाण, पूर्वाह्न = पुव्वण्ह, वह्नि = वण्हि ।

१३ क्त, त्त, त्त, त्र—त्व—प्त—र्त्त के स्थान में 'त्त' होता है । जैसे—भुक्त = भुत्त, प्रयत्न = पयत्त, आत्मा = अत्ता, पत्र = पत्त, तत्त्व = तत्त, प्राप्त = पत्त, कर्त्ता = कत्ता ।

१४ क्थ—त्र—र्थ—स्त—स्थ के स्थान में 'त्थ' होता है, जैसे—सिक्थ = सित्थ, तत्र = तत्थ, समर्थ = समत्थ, विस्तार = वित्थार, इन्द्र-प्रस्थ = इन्द्रपत्थ । द्र—द्व—वद—र्द के स्थान में 'द्द' होता है । जैसे—समुद्र = समुद्द, प्रद्वेष = पद्देष, शब्द = सद्द, कर्दम = कद्दम । ग्ध—ध्व—ब्ध—र्ध के स्थान में 'द्ध' होता है जैसे—दुग्ध = दुद्ध, अध्वन् = अद्ध, लब्धि = लद्धि, वर्धमान = वद्धमाण ।

१५ क्म—त्प—त्त—प्य—प्र—प्ल—र्प्—ल्प के स्थान में 'प्प' होता है, जैसे—रुक्मिणी = रुप्पिणी, उत्पल = उप्पल, परमात्मन् = परमप्प, क्षिप्र = खिप्प, विप्लव = विप्पव, सर्प = सप्प, जल्प = जप्प, कल्प = कप्प । त्फ—स्फ—ष्फ—स्फ के स्थान में 'प्फ' होता है, जैसे—उत्फुल्ल = उप्फुल्ल, पुष्प = पुप्फ, निष्फल = निप्फल, बृहस्पति = विहप्फइ, प्रस्फोटित = पप्फो-डिय । द्व—र्व—त्र के स्थान में व्व होता है, जैसे—उद्बोवित = उव्वोहिय, निर्बल = निव्वल, अब्रह्मा = अव्वभ ।

ग्भ—दभ—भ्य—भ्र—र्भ—ब्ह—इन के स्थान में 'व्व' होता है, जैसे—ईषत्प्राग्भार = ईसिपव्वभार, सद्भूत = सव्वभूय, अभ्यास = अव्वभास, शुभ्र = सुव्वम, अर्भक = अव्वभग, विव्वल = विव्वल ।

१६ रम—रम्—म्य—मं—ल्म—द—म्यं के स्थान में 'म्' होता है। जैसे—युरम=जुम्म, मन्मथ=मम्मह, साम्य=सम्म, धर्म=धम्म, गुल्म=गुम्म, पद्म=पोम्म, हर्म्य=हम्म।

६म—श्म—ष्म—ह्य के स्थान में 'म्ह' होता है, जैसे—यक्ष्मन्=पम्ह, कुश्मान=कुम्हाण, ग्रीष्म=गिम्ह, विष्मय=विम्हय, ब्रह्मा=वम्हा, विशेष=विसेस, ब्राह्मण=वम्हण, वभण।

१७ र्यं—ल्यं—ल्य—त्व के स्थान में 'त्ल' होता है, जैसे—पर्यस्त=पत्लत्थ, निर्लज्ज=नित्लज्ज कल्याण=कल्लाण, पल्लव=पत्लल, 'ल्ल' का 'ल्ह'—आल्लाद=आल्हाय।

द्व—वं—व्य—व्र के स्थान में 'व्व' होता है, जैसे—उद्वेग=उव्वेग, उर्वी=उव्वी, काव्य=कव्व, प्रव्रज्या=पव्वज्जा।

१८ र्षं—श्म—श्य—श्र—श्व—ष्य—स्य—स्त्र—स्व के स्थान में 'स्स' होता है, जैसे—वर्ष=वस्स, रश्मि=रस्सि, लेश्या=लेस्सा, विश्राम=विस्साम, ईश्वर=इस्सर, दूष्य=दूस्स, तस्य=तस्स, सहस्र=सहस्स, ओजस्विन्+ओयस्सि।



### शिक्षा के लिए तीन अपात्र

तओ अचायणिज्जा

१ अविणीए

२ विगईपडिबद्धे

३ अविओसवितपाहुडे

—स्थानाग ३/४७६

तीन प्रकार के व्यक्ति वाचना देने के योग्य नहीं होते—

१ अविनीत—

२ विकृति-प्रतिबद्ध—जिन्हारस का लोलुप

३ अव्यवशमित प्राभृत—कलह या विग्रह को उपशान्त न करने वाला

(‘आगम मुक्ता’ से सकलित)

# स्वाध्याय : अर्थ और साधना

—श्री देवेन्द्र मुनि शास्त्री

स्वाध्याय से ज्ञान उदता है। मन की शुद्धि होती है। शुद्ध मन शीघ्र ही स्थिर हो जाता है। स्थिर मन में आत्मा का निर्मल प्रतिबिम्ब झलकता है। साधक आत्म-दर्शन करने में सक्षम हो जाता है। इस प्रकार स्वाध्याय क्रमशः आत्मदर्शन का कारण बनता है।

स्वाध्याय मन को विशुद्ध बनाने का एक श्रेष्ठ प्रयास है। अपने ही भीतर अध्ययन, आत्मचिन्तन, मनन ही स्वाध्याय है। सत्शास्त्रों का मर्यादापूर्वक पढ़ना, विधिसहित श्रेष्ठ पुस्तकों का अध्ययन करना स्वाध्याय है।

स्वाध्याय का चिन्तन हम निम्न शीर्षको में प्रस्तुत कर रहे हैं—  
स्वाध्याय तप एक अनुचिन्तन

स्वाध्याय दीपक है—भारतीय सस्कृति में स्वाध्याय का महत्वपूर्ण स्थान रहा है। आगम, त्रिपिटक और वेद सभी ने एक स्वर से स्वाध्याय की यशोगाथा गाई है। स्वाध्याय अन्धकारपूर्ण जीवन-पथ का आलोकित करने के लिए जगमागते दीपक के समान है। जिसके दिव्य आलोक में हेय, ज्येय और उपादेय का परिज्ञान होता है।

स्वाध्याय, सजीवनी बूटी—शिष्य ने जिज्ञासा प्रस्तुत की—भगवन् ! स्वाध्याय से किस गुण की उपलब्धि होती है ? भगवान् ने समाधान दिया कि स्वाध्याय से ज्ञानावरणीय कर्म का क्षय होता है।<sup>१</sup> स्वाध्याय से आत्मा में निर्मल ज्ञान की ज्योति जगमगाती है। ज्ञान का दिव्य व भव्य प्रकाश जीवन को आलोकित कर देता है। जीवन में जो कुछ भी दुःख-दैन्य के काले कजरारे बादल उमड़-धुमड़कर मडराते हैं, उसका मूल अज्ञान है। साधना का लक्ष्य उस अज्ञान को नष्ट करना है। अज्ञान रूपी रोग को नष्ट करने के लिए स्वाध्याय सजीवनी बूटी है। स्वाध्याय अन्तःप्रेक्षण है। बिना स्वाध्याय के ज्ञान-दीप प्रज्वलित नहीं हो सकता।

स्वाध्याय नन्दनवन—स्वाध्याय को शास्त्रकारों ने नन्दनवन की उपमा दी है। नन्दनवन में चारों ओर एक-से-एक रमणीय, मन को आह्लादित करने वाले दृश्य हैं, जहाँ पहुँचकर मानव सभी प्रकार की आधि, व्याधि और उपाधि को विस्मृत कर देता है और आनन्द के झूले में झूलने लगता है। उसी प्रकार स्वाध्यायरूपी नन्दनवन में पहुँचकर मानव अलौकिक आनन्द का अनुभव करता है। स्वाध्याय करते समय कभी जीवन को आमूल-चल परिवर्तन करने वाली शिक्षाएँ मिलती हैं तो कभी स्वर्ग और नरक के दृश्यों का वर्णन प्राप्त होता है तो कभी महापुरुषों के जीवन की दिव्य व भव्य झाँकियाँ पढ़ने को मिलती हैं। जब कभी भी आपका मन हताश व निराश हो, जीवन भार रूप प्रतीत होता हो, तब आप स्वाध्याय कीजिए, आपके जीवन में नवीन आशा व उत्साह का संचार हो जायेगा। नवीन स्फूर्ति अँगड़ाइयाँ लेने लगेगी।

स्वाध्याय और योग—योगदर्शन के भाष्यकार महर्षि व्यास ने कहा—स्वाध्याय से योग की प्राप्ति होती है और योग से स्वाध्याय की साधना होती है। जो साधक स्वाध्यायमूलक योग की सम्यक् साधना करता है, उसके समक्ष परमात्मा प्रकट हो जाता है अर्थात् वह स्वयं परमात्मा बन जाता है ?<sup>१</sup>

स्वाध्याय वाणी का तप है, जिससे हृदय का मैल नष्ट होकर वह निर्मल होता है। अन्तस् के ज्ञानदीप को प्रज्वलित करने के लिए स्वाध्याय आवश्यक ही नहीं, अनिवार्य है। योगशिखोपनिषद्कार ने कहा है—जैसे लकड़ी में रही हुई अग्नि बिना घर्षण के प्रकट नहीं होती, उसी प्रकार ज्ञान-दीपक जो हमारे भीतर ही विद्यमान है, स्वाध्याय के अभ्यास के बिना प्रदीप्त नहीं हो सकता।

ध्यान और स्वाध्याय—स्वाध्याय और ध्यान का भी परस्पर घनिष्ठ सम्बन्ध है। स्वाध्याय में अपने आपका चिन्तन प्रमुख होता है तो ध्यान में भी ध्याता ध्येय बन जाता है। जब ध्याता किसी अन्य वस्तु का अवलम्बन न लेकर स्वयं अपने को ही अपना विषय बनाता है तो वह उत्कृष्ट ध्यान कहलाता है। आचार्य पतंजलि ने इसे निर्बीज समाधि कहा है। इस दृष्टि से ध्यान और स्वाध्याय में कोई अन्तर नहीं है। ध्यान से चित्त एकाग्र होता है तो स्वाध्याय से भी चित्त में एकाग्रता आती है।

बौद्ध वाङ्मय में स्वाध्याय के सम्बन्ध में विस्तार से विवेचन करते

<sup>१</sup> योगदर्शन ६/२८, व्यासभाष्य

हुए लिखा है—जो प्रतिदिन स्वाध्याय करता है उसके ज्ञान की अभिवृद्धि होती है। उसका ज्ञान शतशाखी होकर निरन्तर बढ़ता रहता है।

**स्वाध्याय चिन्तामणि**—स्वाध्यायरूपी चिन्तामणि रत्न जिसे मिल जाता है, उसके सामने कुबेर का रत्न-कोष भी कुछ मूल्य नहीं रखता है। उत्तराध्ययन सूत्र में स्वाध्याय को 'सर्वदुःखविमोचक' कहा है।<sup>१</sup> स्वाध्याय सब भावों का प्रकाश करने वाला है।<sup>२</sup> यही कारण है कि जैन सस्कृति में प्रत्येक श्रमण और श्रमणी के दैनिक जीवन में स्वाध्याय को आवश्यक स्थान दिया गया है। दिन और रात्रि के आठ प्रहर होते हैं। प्रथम और चतुर्थ प्रहर में स्वाध्याय का विधान किया गया है।<sup>३</sup> इस प्रकार आठ प्रहर में चार प्रहर का समय स्वाध्याय में व्यतीत करना चाहिए।<sup>४</sup> जो साधक इस विधान को भग करता है<sup>५</sup> तो उस भूल का वह प्रातः व सन्ध्या के समय प्रतिक्रमण करता है। प्रथम प्रहर में सूत्र का स्वाध्याय किया जाता है, और द्वितीय प्रहर में उस सूत्र के अर्थों पर चिन्तन मनन किया जाता है, इसलिए प्रथम प्रहर को सूत्र-पोरसी और द्वितीय प्रहर को अर्थ-पोरसी भी कहा जाता है।<sup>६</sup>

**स्वाध्याय और समाधि**—श्रमण भगवान् महावीर ने चार प्रकार की समाधियों का वर्णन किया है—विनय समाधि, श्रुत समाधि, तप समाधि और आचार समाधि।<sup>७</sup> इन चार समाधियों में श्रुत समाधि का स्थान द्वितीय है। विनय समाधि की नींव पर ही श्रुत समाधि का भव्य प्रासाद खड़ा होता है। श्रुत समाधि होने पर ही तप और आचार समाधि हो सकती है। बिना स्वाध्याय के श्रुत समाधि कदापि नहीं हो सकती।

शिष्य ने जिज्ञासा प्रस्तुत की—भगवन् ! आपने कहा कि शास्त्र-स्वाध्याय से समाधि उपलब्ध होती है तो कृपया बताइये कि समाधि मिलने के क्या हेतु हैं ?

भगवान् ने समाधान करते हुए फरमाया—स्वाध्याय से श्रुतज्ञान का लाभ होता है, मन की चंचलता नष्ट होती, आत्मा आत्मभाव में स्थिर होता है।

स्थानाग<sup>८</sup> में प्रकारान्तर से प्रस्तुत बात को इस प्रकार कहा है—

१ उत्तराध्ययन २६/१०

३ उत्तराध्ययन, २६/१२

५ आवश्यकसूत्र

७ दशवर्कालिक ६/४/३

२ वही० २६/३७

४ आवश्यकचूणि, जिनदास महत्तर।

६ वही०

८ स्थानाग, ५

(१) स्वाध्याय से श्रुत का संग्रह होता है ।

(२) शिष्य श्रुत ज्ञान से उपकृत होता है, वह प्रेम से श्रुत की सेवा करता है ।

(३) स्वाध्याय से ज्ञान के प्रतिबधक कर्म निर्जरित होते हैं ।

(४) अभ्यस्त श्रुत विशेष रूप से स्थिर होता है ।

(५) निरन्तर स्वाध्याय किया जाये तो सूत्र विच्छिन्न भी नहीं होते ।

आगम साहित्य का अध्ययन, चिन्तन मनन करने से अनेकानेक सद्गुणों का विकास होता है । ज्ञान की वृद्धि, सम्यग्दर्शन की शुद्धि, चारित्र्य की सवृद्धि होती है और मिथ्यात्व नष्ट होकर सत्य तथ्य को प्राप्त करने की तीव्र जिज्ञासा वृत्ति जागृत होती है ।<sup>१</sup>

आचार्य अकलक ने तत्त्वार्थराजवात्तिक में<sup>२</sup> प्रस्तुत तथ्य को इन शब्दों में प्रस्तुत किया है—

(१) स्वाध्याय से बुद्धि की निर्मलता होती है ।

(२) प्रशस्त अध्यवसाय की प्राप्ति होती है ।

(३) शासन की रक्षा होती है ।

(४) सशय की निवृत्ति होती है ।

(५) परवादियों की शकाओं के निरसन की शक्ति प्राप्त होती है ।

(६) तप-त्याग की वृद्धि होती है ।

(७) अतिचारों की शुद्धि होती है ।

स्वाध्याय आत्मा की खुराक—स्वाध्याय आत्मा की खुराक है जो प्रतिदिन आवश्यक है । वैदिक ऋषि ने तो स्वाध्याय का महत्त्व प्रतिपादन करते हुए यहाँ तक कहा है कि यथायोग्य सदाचार पालन, स्वाध्याय एवं प्रवचन कर्म किये जाने योग्य है, सत्य, स्वाध्याय एवं प्रवचन कर्म पालन करने योग्य है, इन्द्रिय-दमन, स्वाध्याय एवं प्रवचन कर्म किये जाने योग्य है, बाह्येन्द्रिय दमन, स्वाध्याय एवं प्रवचन किये जाने योग्य है, लौकिक व्यवहार, स्वाध्याय एवं प्रवचन किये जाने योग्य है । इस प्रकार प्रत्येक कार्य के साथ स्वाध्याय और प्रवचन शब्द को जोड़कर इस ओर संकेत किया गया है कि जीवन में इसका अत्यधिक गहरा महत्त्व है ।<sup>३</sup>

१ स्यानाग, ५

३ तैत्तिरीयोपनिषद्

२ तत्त्वार्थराजवात्तिक



ज्ञानरूपी दीप को निरन्तर प्रज्वलित रखने के लिए स्वाध्याय रूपी स्नेह की नितान्त आवश्यकता है ।

**स्वाध्यायान्मा प्रमद** — प्राचीन युग में बारह वर्ष तक शिष्य गुरुकुल में रहकर, अध्ययन पूर्ण कर पुन घर लौटता तब आचार्य आशीर्वाद के रूप में तीन शिक्षाएँ देता—

(१) सत्य वद । (२) धर्म चर । (३) स्वाध्यान्मा प्रमद ।

आचार्य प्रथम सत्य बोलने के लिए और धर्म के आचरण के लिए कहता और फिर स्वाध्याय के लिए । सत्य व धर्म के मर्म को समझने के लिए स्वाध्याय अत्यन्त आवश्यक है, इसलिए आचार्य ने उस पर बल देने हुए कहा—वत्स ! स्वाध्याय में प्रमाद न करना । यहाँ रहकर तुमने जो कुछ भी ज्ञान प्राप्त किया है उसे कभी भी क्षीण न होने देना । स्वाध्याय से अभिन्न ज्ञान की तो वृद्धि होगी ही, साथ ही पहले पढ़े हुए ज्ञान में भी ताजगी आयेगी । कितनी सुन्दर प्रेरणा है ।

**स्वाध्याय परम तप**—भगवान महावीर ने द्वादश प्रकार के तपो में स्वाध्याय को आभ्यन्तर तप में स्थान दिया है । एक जैन आचार्य ने तो स्वाध्याय को परम तप कहा है । अनशन आदि तप भी स्वाध्याय के लिए ही है ।

**स्वाध्याय की परिभाषा**

अब हमें चिन्तन करना है कि स्वाध्याय क्या है ? आचार्यों ने स्वाध्याय शब्द के अनेक अर्थ किये हैं—

**अध्ययन अध्याय शोभनो अध्याय स्वाध्याय ।**<sup>१</sup>—सु—अध्याय अर्थात् श्रेष्ठ अध्ययन का नाम स्वाध्याय है । तात्पर्य यह है कि आत्म-कल्याणकारी पठन-पाठन रूप श्रेष्ठ अध्ययन का नाम ही स्वाध्याय है ।

आचार्य अभयदेव ने 'सु' 'आङ्' और 'अध्याय'—'सु' का अर्थ है 'मुष्टु'—भलीभाँति, 'आङ्'—मर्यादा के साथ तथा अध्याय, अध्ययन करने को स्वाध्याय कहा<sup>२</sup> है ।

वैदिक विद्वान ने स्वाध्याय का अर्थ किया है कि (स्वयमध्ययनम्) किसी अन्य की सहायता के बिना स्वय ही अध्ययन करना, अध्ययन किये हुए का मनन और निदिध्यासन करना । इसका दूसरा अर्थ किया कि

१ आवश्यक सूत्र, ४ अ

२ स्थानाग २, २३०

(स्वस्यात्मनोऽध्ययनम्) अपने आप का अध्ययन करना, साथ ही यह चिन्तन करना कि स्वयं का जीवन उन्नत हो रहा है या नहीं ।

स्वाध्याय शब्द का दूसरी प्रकार से भी पद विभाग किया गया है, वह है—स्वेन स्वस्य अध्ययनम्—स्वाध्याय—इसका अर्थ है—स्वयं द्वारा स्वयं का अध्ययन करना ।

स्वाध्याय के प्रकार

भगवान् महावीर ने स्वाध्याय के पाँच प्रकार बताये हैं—वाचना, पृच्छना, परिवर्तना, अनुप्रेक्षा और धर्मकथा ।

वाचना—सद्गुरुवर्य के मुँह से सूत्र-पाठ लेना और जैसा उसका उच्चारण करना चाहिए उसी प्रकार उच्चारण करना वाचना है । वाचना में सूत्र के शब्दों पर पूर्ण ध्यान दिया जाता है । हीनाक्षर, अत्यक्षर, पद-हीन, घोष-हीन आदि दोषों से पूर्ण रूप से बचने का प्रयास होता है ।

पृच्छना—स्वाध्याय का यह दूसरा भेद है । सूत्र और उसके अर्थ पर भली-भाँति खूब तर्क-वितर्क, चिन्तन-मनन करना चाहिए और जहाँ पर शका उद्बुद्ध हो उसका गुरुदेव से पूछकर समाधान करना चाहिए ।

परिवर्तना—यह स्वाध्याय का तीसरा भेद है । एक ही सूत्र को पुनः पुनः गिनना परिवर्तना है । इससे पढा हुआ ज्ञान विस्मृत नहीं होता है ।

अनुप्रेक्षा—जो सूत्र वाचना ग्रहण की है, उस पर तात्त्विक दृष्टि से गम्भीर चिन्तन करना । अनुप्रेक्षा से ज्ञान में चमक-दमक पैदा होती है । यह स्वाध्याय का महत्वपूर्ण भेद है ।

धर्मकथा—सूत्र-वाचना, पृच्छना, परिवर्तना, और अनुप्रेक्षा से जब तत्त्व का रहस्य हृदयगम हो जाये तब उस पर प्रवचन करना धर्मकथा है । चिन्तन-मनन के पश्चात् ही विचारामृत को जन-जन के समक्ष प्रस्तुत करना चाहिए । धर्मकथा की यह प्रक्रिया मधु-मक्खी की प्रक्रिया है । मधुमक्खी विविध रंगों के सुवासित फूलों का रस लेती है और अपनी प्रक्रिया से इस प्रकार का सतुलन और मामजस्य स्थापित करती है कि उन रसों से जो मधु बनता है वह विविध प्रकार का नहीं होता, उसका रंग भी एक होता है जो लामकारी और मधुर होता है । इसी प्रकार धर्म-कथा भी स्व-पर-कल्याणकारी होती है ।

भगवान् महावीर ने स्वाध्याय का जो यह क्रम प्रस्तुत किया वह बहुत ही सुन्दर और वैज्ञानिक है । इस क्रम में शब्द और अर्थ दोनों की पूर्ण रूप से रक्षा की जाती है ।

## स्वाध्याय के नियम

स्वाध्याय के सम्बन्ध में आधुनिक चिंतकों ने कुछ नियम प्रस्तुत किये हैं, उन नियमों की ओर लक्ष्य दिया जाय तो स्वाध्याय में विशेष आनन्द प्राप्त हो सकता है, वे नियम इस प्रकार हैं—

(१) एकाग्रता—स्वाध्याय में एकाग्रता होना अतीव आवश्यक है। जब तक मानसिक चंचलता रहेगी, तब तक स्वाध्याय का आनन्द नहीं आ सकता और न सूत्र का रहस्य ही हृदयगम हो सकता है।

(२) नैरन्तर्य—स्वाध्याय में विक्षेप नहीं होना चाहिए। प्रतिदिन नियमानुसार स्वाध्याय करना चाहिए।

(३) विषयोपरति—स्वाध्याय के हेतु ग्रंथों का चयन करते समय सदा यह लक्ष्य रखना चाहिए कि हम विषय-वासना से ऊपर उठें, राग-द्वेष, क्रोध, मान, माया, लोभ आदि दुर्गुणों से बचे और इसके लिए ऐसे ही ग्रंथों का अध्ययन करना चाहिए जिनके पढ़ने से विषय-विकार और कषायों की ओर चित्तवृत्ति न जाय।

(४) प्रकाश की उत्कठा—स्वाध्याय करते समय साधक को यह दृढ़ आत्म-विश्वास होना चाहिए कि मेरी आत्मा में अपूर्व प्रकाश फैल रहा है। मेरा शुभ सकल्प दृढ़ हो रहा है।

(५) स्वाध्याय का स्थान—स्वाध्याय के लिए स्थान की अनुकूलता भी आवश्यक है। स्थान एकान्त, कोलाहलरहित व स्वच्छ होना चाहिए।

स्वाध्याय और ग्रंथ—स्वाध्याय किन ग्रंथों का करना चाहिए, यह एक महत्वपूर्ण प्रश्न है। आजकल स्वाध्याय के नाम पर आधुनिक काम-प्रधान गढ़े उपन्यास, कहानियाँ व नाटकों को पढ़ने की परम्परा निरन्तर बढ़ रही है और इस प्रकार के साहित्य का अत्यधिक प्रचार हो रहा है जो सांस्कृतिक व नैतिक दृष्टि से अत्यधिक घातक है। इस प्रकार का विकारवर्धक साहित्य पटना स्वाध्याय नहीं है। यह तो स्वाध्याय के नाम पर आत्म-वचना करना है। अतः स्वाध्याय के लिए वे ही ग्रन्थ उपयोगी हैं जिनके पठन-पाठन से अहिंसा, सयम व तप की भावना उद्बुद्ध होती हो।

स्वाध्याय योग्य ग्रंथों के प्रकार

आगम साहित्य को अग, उपाग, मूल, छेद आदि के रूप में विभक्त किया गया है और कालिक व उत्कालिक रूप में भी। कालिक श्रुत वह है जो प्रथम व अन्तिम प्रहर में पढ़े जाते हैं, बीच के प्रहरों में नहीं।

उत्कालिक वे हैं जो चारो प्रहरों में पढ़े जा सकते हैं। जिस आगम का जो काल नहीं है, उस काल में उस शास्त्र का स्वाध्याय करना ज्ञानातिचार है, और जो काल स्वाध्याय के लिए नियत किया है उस समय स्वाध्याय न करना भी अतिचार है। क्योंकि स्वाध्याय का समय होते हुए भी प्रमाद-चश जो साधक स्वाध्याय नहीं करता है वह ज्ञान का अपमान करता है और ज्ञान का द्वार बन्द करता है।

### अस्वाध्याय के प्रकार

हम पूर्व बता चुके हैं कि स्वाध्याय करने वाले साधक को मदा विवेक रखना चाहिए। जो स्थान स्वाध्याय के अयोग्य हो वहाँ पर स्वाध्याय नहीं करना चाहिए। अस्वाध्याय के कारण विद्यमान होने पर भी जो स्वाध्याय करता है तो उसे ज्ञानातिचार लगता है और जो स्वाध्याय का अनुकूल स्थान होने पर भी स्वाध्याय नहीं करता, उसे भी ज्ञानातिचार लगता है।

अस्वाध्याय के मूल दो भेद हैं—आत्म-समुत्थ और पर-समुत्थ। अपने व्रण से होने वाले रुधिरादि आत्म-समुत्थ कहलाते हैं और दूसरों से होने वाले पर-समुत्थ कहलाते हैं। आवश्यकनिर्युक्ति, चूर्णि व आवश्यक हरिभद्रीया वृत्ति में इस विषय पर बहुत ही विस्तार से चर्चा की गई है। स्थानाग में वत्तीस अस्वाध्यायों का वर्णन है। वह इस प्रकार है—दस आकाश सम्बन्धी, दश औदारिक सम्बन्धी, चार महाप्रतिपदा, चार महाप्रतिपदाओं के पूर्व की पूर्णिमाएँ और चार सध्याएँ।

### दश आकाश सम्बन्धी अस्वाध्याय

(१) उत्कापात—आकाश से रेखा वाले तेज पुंज का गिरना, या पीछे से रेखा एवं प्रकाश वाले तारे का टूटना, उत्कापात है। उत्कापात होने पर एक प्रहर तक सूत्र की अस्वाध्याय रहती है।

(२) दिग्दाह—किसी एक दिशा-विशेष में मानो बहुत बड़ा नगर जल रहा हो, इस तरह ऊपर की ओर प्रकाश दृष्टिगोचर होना और नीचे अन्धकार प्रतीत होना, दिग्दाह है। दिग्दाह होने पर एक प्रहर तक अस्वाध्याय रहती है।

(३) गर्जित—बादल गरजने पर दो प्रहर तक शास्त्र की अस्वाध्याय रहती है।

(४) विद्युत—बिजली चमकने पर एक प्रहर तक शास्त्र की अस्वाध्याय होती है।

आर्द्रा से स्वाति नक्षत्र तक अर्थात् वर्षा ऋतु में गर्जित और विद्युत की अस्वाध्याय नहीं होती, चूँकि वर्षाकाल में ये सामान्य रूप से होते ही रहते हैं ।

(५) निर्घाति—बिना बादल वाले आकाश में व्यन्तर आदि द्वारा की गई गर्जना की प्रचण्ड ध्वनि को निर्घाति कहते हैं । निर्घाति होने पर एक अहोरात्रि तक अस्वाध्याय काल होता है ।

(६) धूपक—शुक्ल पक्ष में प्रतिपदा, द्वितीया और तृतीया को सध्या की प्रभा और चन्द्र की प्रभा का मिल जाना, धूपक कहलाता है । इन दिनों में चन्द्रप्रभा से आवृत होने के कारण सन्ध्या की समाप्ति का ज्ञान नहीं होता । एतदर्थ इन तीनों दिनों में रात्रि के प्रथम प्रहर में स्वाध्याय करने का निषेध है ।

(७) धूमिका—कातिक मास से लेकर माघ मास का समय मेघों का गर्भवास कहा जाता है । इस समय जो धूम्र वर्ण की सूक्ष्म जलरूप धूवर पड़ती है, वह धूमिका कहलाती है । वह धूमिका कभी-कभी अन्य मासों में भी गिरती है । धूमिका में जल होता है, जो भिगो देता है अतः वह जब तक गिरती रहती है तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(८) महिका—शीतकाल में जो सफेद वर्ण की सूक्ष्म जल-रूप धूवर गिरती है वह महिका कहलाती है । वह जब तक गिरती रहे तब तक अस्वाध्याय काल माना गया है ।

(९) यक्षादीप्त—कभी-कभी किसी दिशा में विद्युत चमकने जैसा कुछ-कुछ समय के पश्चात् प्रकाश होता है वह यक्षादीप्त कहलाता है । जब तक वह दिखलाई देता रहे तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१०) रज उद्घात—पवन के कारण आकाश में जो चारों ओर धूल छा जाती है, वह रज उद्घात कहलाती है, जहाँ तक रज उद्घात रहे वहाँ तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

दश औदारिक सम्बन्धी अस्वाध्याय

(११—१३) अस्थि, मांस और रक्त—पचेन्द्रिय तिर्यच के अस्थि, मांस और रक्त यदि माठ हाथ के अन्दर हो तो सम्भवकाल से तीन प्रहर तक स्वाध्याय करने का निषेध है । यदि साठ हाथ के अन्दर विल्ली आदि चूहे आदि को मार दे तो एक दिन-रात की अस्वाध्याय रहती है ।

इसी तरह मानव सम्बन्धी अस्थि, मांस और रक्त का अस्वाध्याय भी जानना चाहिए । अन्तर इतना ही है कि इनका अस्वाध्याय सौ हाथ तक एवं एक दिन-रात का होता है । महिलाओं के मासिक धर्म का अस्वा-

ध्याय तीन दिन का और बालक एव बालिका के जन्म का क्रमशः सात और आठ दिन का माना गया है ।

(१४) अशुचि—मल और मूत्र यदि स्वाध्याय स्थान के सन्निकट हो और दिखलाई देते हो अथवा उसकी दुर्गन्ध आती हो तो वहाँ पर स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१५) श्मशान—श्मशान के चारो ओर सौ-सौ हाथ स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१६) चन्द्रग्रहण—चन्द्रग्रहण होने पर कम-से-कम आठ और अधिक-से-अधिक बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए । यदि उदित हुआ चन्द्रमा ग्रसित हुआ हो तो चार प्रहर उस रात के एव चार प्रहर आगामी दिवस के इस तरह आठ प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

यदि चन्द्रमा प्रातः काल के समय ग्रहण सहित अस्त हुआ हो तो चार प्रहर दिन के एव चार प्रहर रात्रि के और चार प्रहर दूसरे दिन के, इस प्रकार बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

यदि ग्रहण पूर्ण हुआ है तो भी बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करनी चाहिए । यदि ग्रहण अपूर्ण है तो आठ प्रहर तक अस्वाध्याय काल रहता है ।

(१७) सूर्यग्रहण—सूर्यग्रहण होने पर कम से कम बारह और उत्कृष्ट सोलह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए । यदि पूरा ग्रहण न हो तो बारह प्रहर तक और पूरा ग्रहण हो तो सोलह प्रहर तक अस्वाध्याय काल रहता है ।

सूर्य अस्त होने के समय यदि वह ग्रसित हो तो चार प्रहर रात के और बारह प्रहर आगामी अहोरात्रि के, इस प्रकार सोलह प्रहर तक अस्वाध्याय होती है । यदि उदित होता हुआ सूर्य ग्रसित हो तो उस दिन-रात के आठ प्रहर और दूसरे दिन-रात के आठ प्रहर, इस प्रकार सोलह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१८) पतन—राजा के निधन होने पर जब तक दूसरा राजा सिंहासनाब्ध न हो तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए, नये राजा के सिंहासनाब्ध हो जाने पर भी एक दिन-रात स्वाध्याय नहीं करनी चाहिए ।

राजा के रहने पर भी यदि राज्य में उपद्रव हो, जन-जीवन अशान्त हो, तो जब तक वह शान्त न हो जाये तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए । शान्ति और सुव्यवस्था हो जाने पर भी एक अहोरात्रि तक अस्वाध्याय काल माना गया है ।

आर्द्रा से स्वाति नक्षत्र तक अर्थात् वर्षा ऋतु में गजित और विद्युत की अस्वाध्याय नहीं होती, चूँकि वर्षाकाल में ये सामान्य रूप से होते ही रहते हैं ।

(५) निर्घाति—बिना बादल वाले आकाश में व्यन्तर आदि द्वारा की गई गर्जना की प्रचण्ड ध्वनि को निर्घाति कहते हैं । निर्घाति होने पर एक अहोरात्रि तक अस्वाध्याय काल होता है ।

(६) जूपक—शुक्ल पक्ष में प्रतिपदा, द्वितीया और तृतीया को सध्या की प्रभा और चन्द्र की प्रभा का मिल जाना, जूपक कहलाता है । इन दिनों में चन्द्रप्रभा से आवृत होने के कारण सन्ध्या की समाप्ति का ज्ञान नहीं होता । एतदर्थ इन तीनों दिनों में रात्रि के प्रथम प्रहर में स्वाध्याय करने का निषेध है ।

(७) धूमिका—कातिक मास से लेकर माघ मास का समय मेघों का गर्भवास कहा जाता है । इस समय जो धूम्र वर्ण की सूक्ष्म जलरूप धूवर पड़ती है, वह धूमिका कहलाती है । वह धूमिका कभी-कभी अन्य मासों में भी गिरती है । धूमिका में जल होता है, जो भिगो देता है अतः वह जब तक गिरती रहती है तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(८) महिका—शीतकाल में जो सफेद वर्ण की सूक्ष्म जल-रूप धूवर गिरती है वह महिका कहलाती है । वह जब तक गिरती रहे तब तक अस्वाध्याय काल माना गया है ।

(९) यक्षादीप्त—कभी-कभी किसी दिशा में विद्युत चमकने जैसा कुछ-कुछ समय के पश्चात् प्रकाश होता है वह यक्षादीप्त कहलाता है । जब तक वह दिखलाई देता रहे तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१०) रज उद्घात—पवन के कारण आकाश में जो चारों ओर धूल छा जाती है, वह रज उद्घात कहलाती है, जहाँ तक रज उद्घात रहे वहाँ तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

दश औदारिक सम्बन्धी अस्वाध्याय

(११—१३) अस्थि, मास और रक्त—पचेन्द्रिय तिर्यच के अस्थि, मास और रक्त यदि माठ हाथ के अन्दर हो तो सम्भवकाल से तीन प्रहर तक स्वाध्याय करने का निषेध है । यदि साठ हाथ के अन्दर विल्ली आदि चूहे आदि को मार दे तो एक दिन-रात की अस्वाध्याय रहती है ।

इसी तरह मानव सम्बन्धी अस्थि मास और रक्त का अस्वाध्याय भी जानना चाहिए । अन्तर इतना ही है कि इनका अस्वाध्याय सौ हाथ तक एव एक दिन-रात का होता है । महिलाओं के मासिक धर्म का अस्वा-

ध्याय तीन दिन का और बालक एवं बालिका के जन्म का क्रमशः सात और आठ दिन का माना गया है।

(१४) अशुचि—मल और मूत्र यदि स्वाध्याय स्थान के सन्निकट हो और दिखलाई देते हो अथवा उसकी दुर्गन्ध आती हो तो वहाँ पर स्वाध्याय नहीं करना चाहिए।

(१५) श्मशान—श्मशान के चारों ओर सौ-सौ हाथ स्वाध्याय नहीं करना चाहिए।

(१६) चन्द्रग्रहण—चन्द्रग्रहण होने पर कम-से-कम आठ और अधिक-से-अधिक बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए। यदि उदित हुआ चन्द्रमा ग्रसित हुआ हो तो चार प्रहर उस रात के एवं चार प्रहर आगामी दिवस के इस तरह आठ प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए।

यदि चन्द्रमा प्रातः काल के समय ग्रहण सहित अस्त हुआ हो तो चार प्रहर दिन के एवं चार प्रहर रात्रि के और चार प्रहर दूसरे दिन के, इस प्रकार बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए।

यदि ग्रहण पूर्ण हुआ है तो भी बारह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करनी चाहिए। यदि ग्रहण अपूर्ण है तो आठ प्रहर तक अस्वाध्याय काल रहता है।

(१७) सूर्यग्रहण—सूर्यग्रहण होने पर कम-से-कम बारह और उत्कृष्ट सोलह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए। यदि पूरा ग्रहण न हो तो बारह प्रहर तक और पूरा ग्रहण हो तो सोलह प्रहर तक अस्वाध्याय काल रहता है।

सूर्य अस्त होने के समय यदि वह ग्रसित हो तो चार प्रहर रात के और बारह प्रहर आगामी अहोरात्रि के, इस प्रकार सोलह प्रहर तक अस्वाध्याय होती है। यदि उदित होता हुआ सूर्य ग्रसित हो तो उस दिन-रात के आठ प्रहर और दूसरे दिन-रात के आठ प्रहर, इस प्रकार सोलह प्रहर तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए।

(१८) पतन—राजा के निधन होने पर जब तक दूसरा राजा सिंहासनारूढ न हो तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए, नये राजा के सिंहासनारूढ हो जाने पर भी एक दिन-रात स्वाध्याय नहीं करनी चाहिए।

राजा के रहने पर भी यदि राज्य में उपद्रव हो, जन-जीवन अशान्त हो, तो जब तक वह शान्त न हो जाये तब तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए। शान्ति और सुख्यवस्था हो जाने पर भी एक अहोरात्रि तक अस्वाध्याय काल माना गया है।



राज-मन्त्री, गाँव का प्रमुख, शय्यातर एव उपाश्रय के सन्निकट सात घरो के अन्दर किसी की मृत्यु हो जाये तो एक अहोरात्र तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(१६) राजव्युद्ग्रह—राजाओ मे परस्पर संग्राम हो जाये तो, जब तक शान्ति न हो और शान्ति होने पर भी एक अहोरात्र तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(२०) औदारिक शरीर—उपाश्रय मे पचेन्द्रिय तिर्यच का या मानव का निर्जीव शरीर पडा हो तो उस शरीर से सौ हाथ दूरी तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

यहाँ यह स्मरण रखना चाहिए कि चन्द्रग्रहण और सूर्यग्रहण को औदारिक सम्बन्धी अस्वाध्याय मे इसलिए गिना है कि इनके विमान पृथ्वी-कायिक जीवो द्वारा निमित्त है ।

(२१-२८) चार महापूर्णिमा और चार महाप्रतिपदाएँ—आषाढ पूर्णिमा, आश्विन पूर्णिमा, कार्तिक पूर्णिमा और चैत्र पूर्णिमा—इन चार दिनो मे महान महोत्सव होते थे । इन पूर्णिमाओ के पश्चात् की प्रतिपदाएँ महाप्रतिपदाएँ कहलाती थी । एतदर्थ इन चार महापूर्णिमाओ को और चारो महाप्रतिपदाओ को स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

(२६-३२) प्रातः काल, मध्याह्न, सायंकाल और अर्द्धरात्रि इन चारो को सन्ध्याकाल कहते हैं । इन सन्ध्याओ मे भी दो-दो घडी तक स्वाध्याय नहीं करना चाहिए ।

अन्य ग्रन्थो मे अन्य कुछ बातें और भी दी गई हैं ।

आगम ज्ञान-विज्ञान का अक्षय कोष—श्रमण भगवान महावीर विश्व की एक अनुपम ज्योति थे, जिनका जन्म उस समय के प्रसिद्ध राज-कुल मे हुआ, पर उनका मन सासारिकता मे नहीं लगा और उस विराट् वैभव को छोडकर वे अनगार बने, उग्र तप, जप व सयम की साधना कर केवली बने । श्रमण, श्रमणी, श्रावक और श्राविकारूप तीर्थ की सस्थापना कर वे तीर्थकर बने । उनके पश्चात् उन्होंने जो प्रवचन किये वे आगम या सूत्र के नाम से आज विश्रुत हैं । आगम ज्ञान-विज्ञान का अक्षय-कोष है । उनमे केवल अध्यात्म और वैराग्य के ही उपदेश नहीं हैं किन्तु नीति, व्यवहार और जीवन के हर पहलू को छूने वाले सुविचार रुपी अनमोल रत्न भरे हैं । उन आगमो के अथाह सागर मे डुबकी लगाने वाला पुरुष ही उन रत्नो को प्राप्त कर सकता है । उस व्यक्ति की चित्तवृत्ति शान्त और एकाग्र हो जाती है, उसे परमानन्द की प्राप्ति होती है, इसलिए स्वाध्याय को परम तप माना गया है ।

# अनुप्रेक्षायोग की आराधना

—स्व० आचार्य श्री आत्माराम जी महाराज

स्वाध्याय के पाच अंगों में अणुप्रेक्षा—अनुप्रेक्षा चतुर्थ अंग है। अनुप्रेक्षा का स्वरूप और क्षेत्र कितना व्यापक है, इससे हमारे पाठक परिचित ही होंगे। ध्यान योग एवं भावना योग की सम्पूर्ण आधारभूमि अनुप्रेक्षा ही है। अनुप्रेक्षा-चिन्तन स्वयं एक विशाल ग्रन्थ की सामग्री है। इस पर बहुत ही सारपूर्ण और आगमानुमोदित चिन्तन प्रस्तुत किया था—जैन आगमों के गहन मर्मज्ञ विश्रुत विद्वान् स्व० आचार्य श्री आत्माराम जी महाराज ने। जैन आगमों में अष्टांग योग आपकी प्रसिद्ध महत्त्वपूर्ण पुस्तक है। जिसका नवीन शैली में संपादन किया है, आपके प्रशिष्य वाणीभूषण श्री अमरमुनि जी महाराज ने 'जैन योग सिद्धान्त और साधना' नाम से। उक्त पुस्तक जैन योग की एक बहुचर्चित पुस्तक है। उसी पुस्तक का एक उपयोगी अंश यहाँ प्रस्तुत है।

—सम्पादक

## अनुप्रेक्षा का आशय

एक शब्द है प्रेक्षा, उसका आशय है देखना, गहराई से देखना, तटस्थतापूर्वक देखना, सिर्फ देखना, उसमें कोई चिन्तन-मनन न हो, मात्र प्रेक्षा ही हो, और दूसरा शब्द है अनुप्रेक्षा, 'अनु' उपसर्ग लगते ही प्रेक्षा शब्द का आशय बदल गया, अभिप्राय परिवर्तित हो गया, उसमें चिन्तन-मनन का समावेश हो गया, इस प्रकार अनुप्रेक्षा शब्द का आशय है—बार-बार देखना, गहराई से देखना, चिन्तन-मननपूर्वक देखना, मनन करना, चिन्तन करना और मन, चित्त तथा चैतन्य को उस विषय में रमाना, उन सस्कारों को दृढीभूत करना।<sup>1</sup>

1 (क) अणुप्रेक्षा नाम जो मणसा परियट्टेइ णो वायाए ।—दशवै० चूणि, पृष्ठ २६  
—पठित व श्रुत अर्थ का मन से (वाणी से नहीं) चिन्तन करना अनुप्रेक्षा है।

(क) शरीरादीना स्वभावानुचिन्तनमनुप्रेक्षा । —सर्वार्थसिद्धि ६/२/४०६  
—शरीर आदि के स्वभाव का पुनः पुनः चिन्तन करना अनुप्रेक्षा है।

अनुप्रेक्षा, सचाई को देखना है, सचाई पर चिन्तन करना है। अपनी जो पूर्वधारणाएँ हैं, उन्हें निकालकर पूर्वसंस्कारों को हटाकर जो सत्य है, यथार्थ है, वास्तविकता है उसका चिन्तन करना अनुप्रेक्षा है।

अनुप्रेक्षा का अभिप्रेत है—सत्य प्रति प्रेक्षा, अनुप्रेक्षा। सत्य के प्रति एकनिष्ठ बुद्धि से देखना अनुप्रेक्षा है। अनुप्रेक्षा का सिद्धान्त, वास्तविकता में, सत्य-दर्शन का सिद्धान्त है, सत्य के प्रति एकनिष्ठ समर्पण का सिद्धान्त है, अपनी सभी पूर्वधारणाओं और संस्कारों को नकार कर सत्य को/सचाई को ग्रहण करने का, उसे धारण करने का सिद्धान्त है।

अनुप्रेक्षायोग की साधना करने वाला साधक अपने पूर्वसंस्कारों और धारणाओं तथा राग-द्वेषमय मान्यताओं/मूढताओं से परे हटकर, सत्य के प्रति समर्पित हो जाता है और सत्य को ही अपने मन में, अणु-अणु में रमाता है।

इस सत्य को अपने मन-मस्तिष्क में रमाने के लिए वह बारह अनुप्रेक्षाओं का बार-बार चिन्तन करता है। बारह अनुप्रेक्षाओं के नाम ये हैं—

- |                         |                             |
|-------------------------|-----------------------------|
| (१) अनित्य अनुप्रेक्षा  | (७) आस्रव अनुप्रेक्षा       |
| (२) अशरण अनुप्रेक्षा    | (८) सवर अनुप्रेक्षा         |
| (३) ससार अनुप्रेक्षा    | (९) निर्जरा अनुप्रेक्षा     |
| (४) एकत्व अनुप्रेक्षा   | (१०) लोक अनुप्रेक्षा        |
| (५) अन्यत्व अनुप्रेक्षा | (११) बोधिदुर्लभ अनुप्रेक्षा |
| (६) अशुचि अनुप्रेक्षा   | (१२) धर्म अनुप्रेक्षा       |

इन बारह अनुप्रेक्षाओं का बार-बार चिन्तन-मनन करके साधक इन संस्कारों से अपनी आत्मा को भावित करता है, अतः इन्हें भावना भी कहा जाता है। अनुप्रेक्षा और भावना दोनों शब्द एकार्थवाची हैं।

प्राचीन आचार्यों के कथनानुसार भावना व अनुप्रेक्षा में वाणी-प्रयोग नहीं होता, सिर्फ मन ही उस विषय में गतिशील रहता है अतः मौनपूर्वक गंभीर चिन्तन-मनन को अनुप्रेक्षा या भावना कहा गया है।

(ग) परिज्ञातार्थस्य एकाग्रेण मनसा यत्पुन पुन अभ्यसन अनुशील सानुप्रेक्षा ।

—कार्तिकेयानुप्रेक्षाटीका ४६६

—जाने हुए विषय का एकाग्रचित्त से बार-बार चिन्तन—अनुशीलन करना अनुप्रेक्षा है।

इन अनुप्रेक्षाओं की साधना ही योग की दृष्टि में अनुप्रेक्षायोग कहलाती है ।

ध्यान की अपेक्षा से भावनाओं का वर्गीकरण

इनमें से अनित्य, अशरण, ससार और एकत्व ये चार अनुप्रेक्षाएँ धर्मध्यान की भावनाएँ मानी जाती हैं अर्थात् धर्मध्यान की साधना में ये भावनाएँ सहायक होती हैं ।<sup>1</sup>

(१) अनित्य अनुप्रेक्षायोग—शरीरासक्ति त्याग साधना

भगवान् महावीर ने अनित्य भावना के साधक को एक साधनामून दिया—

से पुव्व पेय, पच्छा पेय भेउरधम्म, विद्ध सण-धम, अधुव,  
अणितिय, असासय चयावचइय विपरिणामधम्म, पासहु एय रुच ।

—आचाराग ५/२/५०६

अर्थात्—हे साधक ! तुम अपने इस शरीर को देखो । यह पहले अथवा पीछे एक दिन अवश्य ही छूट जायेगा । इसका स्वभाव ही विनाश और विध्वसन है । यह शरीर अधुव, अनित्य और अशाश्वत है । इसका उपचय-अपचय होता है । इसकी विविध अवस्थाएँ होती हैं । शरीर के इस रूप को देखो ।

शरीर की अनित्यता और मृत्यु की अनिवार्यता के बारे में दूसरा साधना मून साधक को दिया—

णत्थि कालस्स णागमो ।

—आचाराग २/२/२३६

शरीर मरणधर्मा है, यह क्षण-प्रतिक्षण मृत्यु की ओर जा रहा है, इस तथ्य को सभी जानते हैं, किन्तु उनका आचरण इसके अनुकूल नहीं होता । माता पुत्र उत्पन्न होते ही भविष्य की आशाएँ-आकांक्षाएँ सजोने लगती हैं, किन्तु इस तथ्य को नजर अन्दाज कर जाती है—

मात कहे सुत बाढे मेरो ।

काल कहे दिन आवे मेरो ॥

१ धम्मस्स ण णाणस्स चत्तारि अणुप्पेहाओ पण्णत्ताओ त जहा—

एगाणुप्पेहा, अणिच्चाणुप्पेहा, असरणाणुप्पेहा, ससारानुप्पेहा ।

—ठाणाग ४/१/२४७

(धर्मध्यान की चार अनुप्रेक्षाएँ कही हैं, यथा—एकत्वानुप्रेक्षा, अनित्यानुप्रेक्षा, अशरणाप्रेक्षा और ससारानुप्रेक्षा ।)

किन्तु अनित्यभावना का साधक इस लोक परम्परा और लोक-धारणा से अलग हट जाता है, वह शरीर के यथार्थ और वास्तविक स्वरूप का चिन्तन करता है। शरीर के सत्य को देखता है, कल्पना, व्यामोह और राग के आवरणों को तोड़कर सत्य का साक्षात्कार करता है।

अनित्य भावना का साधक कुछ सूत्रों के अनुसार अपनी साधना करता है। उसका पहला सूत्र होता है—‘इमं शरीरं अणिच्च यहं शरीरं अनित्यं है। दूसरा सूत्र है—‘इमं शरीरं चयावचयध’—यह शरीर चय-अपचय स्वभाव वाला है। कभी यह पुष्ट होता है तो कभी कृश हो जाता है। तीसरा सूत्र है—‘इमं शरीरं विपरिणामधम्मय’—विभिन्न प्रकार के परिणाम इस शरीर में होते हैं। कभी भोजन-पानी से इस शरीर में परिवर्तन होता है तो कभी सर्दी-गर्मी-बरसात के मौसम से। कभी दूसरे के सतापी पुद्गलों से परिवर्तन होता है तो कभी मनुष्य की अपनी ही भावनाओं, आवेगों-सवेगों से परिवर्तन होता है। इस प्रकार अनेकों प्रकार के परिवर्तन इस शरीर में होते रहते हैं। काल (समय) कृण परिवर्तन तो होते ही रहते हैं। चौथा सूत्र है—‘इमं शरीरं जरामरण-धम्मय’—वृद्धावस्था और मृत्यु इस शरीर का स्वाभाविक और अनिवार्य परिणाम है। समय पाकर इसमें वृद्धावस्था भी आयेगी और इसकी मृत्यु भी होगी, आत्मा इसे छोड़कर अन्यत्र—अन्य किसी गति-योनि में जायेगा भी।

इस प्रकार साधक अनित्य भावना की साधना इन चार सूत्रों के आधार पर करता है। प्रेक्षाध्यान में जब वह अपने औदारिक शरीर की प्रेक्षा करता है तो वहाँ उसे शरीर में अवस्थित लाखों-करोड़ों कोशिकाएँ प्रतिपल जीवनशून्य होती हुई, मरती हुई दिखाई देती हैं। और फिर वह अनित्य अनुप्रेक्षा के चिन्तन से इस तथ्य को कि शरीर अनित्य है। अपने मन-मस्तिष्क में दृढीभूत कर लेता है।

इस भावना के चिन्तन से उसका अपने शरीर के प्रति ममत्व-भाव विनष्ट हो जाता है।

(२) अशरण अनुप्रेक्षा—पर-पदार्थों से विरक्ति की साधना अशरणता—मेरा कोई रक्षक नहीं, कोई शरण नहीं, कोई मेरा नाथ नहीं—इस अनुप्रेक्षा के साथ मन-मस्तिष्क को जोड़ना, योग करना, अशरण अनुप्रेक्षायोग साधना है।

भगवान ने साधक को अशरण अनुप्रेक्षा का सूत्र दिया—

णाल ते तव ताणाए वा, सरणाए वा ।

तुमपि तेसि णाल ताणाए वा, सरणाए वा ॥

—आचाराग २/१६४

अर्थात्—हे साधक ! वे स्वजन तुम्हे त्राण देने में—शरण देने में समर्थ नहीं हैं, और तुम भी उन्हें त्राण देने में, शरण देने में समर्थ नहीं हो ।

सामान्य मनुष्य भी प्रतिदिन अपने सामने गुजरते हुए ससार और ससारी जनों की प्रवृत्तियों को देखता है कि एक-दूसरे के दुःख, पीडा, कष्ट को कोई बँटा नहीं सकता, मृत्यु के मुँह में जाने वाले को कोई बचा नहीं सकता, कोई भी एक-दूसरे को शरण नहीं दे सकता, धन-वैभव, सम्पत्ति, स्वजन-परिजन, मित्र, बन्धु-बान्धव, विविध प्रकार के वैज्ञानिक उपकरण, औषधियाँ आदि कोई भी किसी को शरण देने में समर्थ नहीं है । यह सम्पूर्ण दृश्य प्रत्यक्ष देखकर भी सामान्य मानव इनमें राग करता है, इनके मोह में मूर्च्छित रहता है ।

किन्तु अशरण अनुप्रेक्षा का साधक इन सब साधनों की नश्वरता और क्षण-क्षण बदलते रूप को देखकर इनके प्रति राग भावना का त्याग कर देता है, इनके मोह में मूर्च्छित नहीं होता । वह धर्म की शरण को ही वास्तविक शरण मानता है और 'अप्पाण सरण गच्छामि'—मैं आत्मा की शरण में जाता हूँ, इस सूत्र को हृदयगम करता है, अपनी आत्मा को इस सूत्र से भावित करता है और स्वयं को ही समर्थ बनाता है ।

वस्तुतः अशरण अनुप्रेक्षा की साधना ससार और समस्त सासारिक सम्बन्धों तथा साधनों से राग-त्याग की साधना है । इस भावना द्वारा वह समस्त संयोगज सम्बन्धों और विकल्पों से मुक्त होने का प्रयास करता है । उनके प्रति कल्पित आकर्षण से दूर हटकर वास्तविकता को समझता है ।

यदि साधक गृहस्थयोगी है, पारिवारिक और सामाजिक उत्तरदायित्व उसके कंधे पर है तो वह सिर्फ कर्तव्य भावना से अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करता है, उनमें रागद्वेष नहीं करता, यदि राग-द्वेष होते भी हैं तो अत्यल्प मात्रा में होते हैं । वह पुत्र-पुत्रियों तथा अन्य किसी भी पर-वस्तु से कोई आशा-अकांक्षा नहीं करता । वह अनासक्त भाव से कर्म करता है, सिर्फ कर्तव्य-बुद्धि से ।

गृहस्थांगी साधक तो पूर्णतया अनासक्त कर्म करता है, क्योंकि वह फलांशा को पूर्णतया छोड़ चुका है ।

अशरण भावना, इस अपेक्षा से, अनासक्त योग की साधना है ।

किन्तु अनित्यभावना का साधक इस लोक परम्परा और लोक-धारणा से अलग हट जाता है, वह शरीर के यथार्थ और वास्तविक स्वरूप का चिन्तन करता है। शरीर के सत्य को देखता है, कल्पना, व्यामोह और राग के आवरणों को तोड़कर सत्य का साक्षात्कार करता है।

अनित्य भावना का साधक कुछ सूत्रों के अनुसार अपनी साधना करता है। उसका पहला सूत्र होता है—‘इमं शरीर अणिच्च यह शरीर अनित्य है। दूसरा सूत्र है—‘इमं शरीर चयावचयध’—यह शरीर चय-अपचय स्वभाव वाला है। कभी यह पुष्ट होता है तो कभी कुश हो जाता है। तीसरा सूत्र है—‘इमं शरीर विपरिणामधम्मय’—विभिन्न प्रकार के परिणामन इस शरीर में होते हैं। कभी भोजन-पानी से इस शरीर में परिवर्तन होता है तो कभी सर्दी-गर्मी-बरसात के मौसम से। कभी दूसरे के सतापी पुद्गलों से परिवर्तन होता है तो कभी मनुष्य की अपनी ही भावनाओं, आयेगो-सवेगो से परिवर्तन होता है। इस प्रकार अनेकों प्रकार के परिवर्तन इस शरीर में होते रहते हैं। काल (समय) कृत परिवर्तन तो होते ही रहते हैं। चौथा सूत्र है—‘इमं शरीर जरामरणधम्मय’—वृद्धावस्था और मृत्यु इस शरीर का स्वाभाविक और अनिवार्य परिणाम है। समय पाकर इसमें वृद्धावस्था भी आयेगी और इसकी मृत्यु भी होगी, आत्मा इसे छोड़कर अन्यत्र—अन्य किसी गति-योनि में जायेगा भी।

इस प्रकार साधक अनित्य भावना की साधना इन चार सूत्रों के आधार पर करता है। प्रेक्षाध्यान में जब वह अपने औदारिक शरीर की प्रेक्षा करता है तो वहाँ उसे शरीर में अवस्थित लाखों-करोड़ों कोशिकाएँ प्रतिपल जीवनशून्य होती हुई, मरती हुई दिखाई देती हैं। और फिर वह अनित्य अनुप्रेक्षा के चिन्तन से इस तथ्य को कि शरीर अनित्य है। अपने मन-मस्तिष्क में दृढीभूत कर लेता है।

इस भावना के चिन्तन से उसका अपने शरीर के प्रति ममत्व-भाव विनष्ट हो जाता है।

(२) अशरण अनुप्रेक्षा—पर-पदार्थों से विरक्ति की साधना

अशरणता—मेरा कोई रक्षक नहीं, कोई शरण नहीं, कोई मेरा नाथ नहीं—इस अनुप्रेक्षा के साथ मन-मस्तिष्क को जोड़ना, योग करना, अशरण अनुप्रेक्षायोग साधना है।

भगवान ने साधक को अशरण अनुप्रेक्षा का सूत्र दिया—

जाल ते तब ताणाए वा, सरणाए वा ।

तुमपि तेसि जाल ताणाए वा, सरणाए वा ॥

—आचाराग २/१६४

अर्थात्—हे साधक ! वे स्वजन तुम्हें त्राण देने में—शरण देने में समर्थ नहीं हैं, और तुम भी उन्हें त्राण देने में, शरण देने में समर्थ नहीं हो ।

सामान्य मनुष्य भी प्रतिदिन अपने सामने गुजरते हुए ससार और ससारी जनों की प्रवृत्तियों को देखता है कि एक-दूसरे के दुरा, पीडा, कष्ट को कोई बँटा नहीं सकता, मृत्यु के मुँह में जाने वाले को कोई बचा नहीं सकता, कोई भी एक-दूसरे को शरण नहीं दे सकता, जन-वैभव, सम्पत्ति, स्वजन-परिजन, मित्र, वन्धु-बान्धव, विविध प्रकार के वैज्ञानिक उपकरण, औषधियाँ आदि कोई भी किसी को शरण देने में समर्थ नहीं है । यह सम्पूर्ण दृश्य प्रत्यक्ष देखकर भी सामान्य मानव इनमें राग करता है, इनके मोह में मूर्च्छित रहता है ।

किन्तु अशरण अनुप्रेक्षा का साधक इन सब साधनों की नश्वरता और क्षण-क्षण बदलते रूप को देखकर इनके प्रति राग भावना का त्याग कर देता है, इनके मोह में मूर्च्छित नहीं होता । वह धर्म की शरण को ही वास्तविक शरण मानता है और 'अप्पाण सरण गच्छामि'—मैं आत्मा की शरण में जाता हूँ, इस सूत्र को हृदयगम करता है, अपनी आत्मा को इस सूत्र से भावित करता है और स्वयं को ही समर्थ बनाता है ।

वस्तुतः अशरण अनुप्रेक्षा की साधना ससार और समस्त सासारिक सम्बन्धों तथा साधनों से राग-त्याग की साधना है । इस भावना द्वारा वह समस्त संयोगज सम्बन्धों और विकल्पों से मुक्त होने का प्रयास करता है । उनके प्रति कल्पित आकर्षण से दूर हटकर वास्तविकता को समझता है ।

यदि साधक गृहस्थयोगी है, पारिवारिक और सामाजिक उत्तर-दायित्व उसके कंधे पर है तो वह सिर्फ कर्तव्य भावना से अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करता है, उनमें रागद्वेष नहीं करता, यदि राग-द्वेष होते भी हैं तो अत्यल्प मात्रा में होते हैं । वह पुत्र-पुत्रियों तथा अन्य किसी भी पर-वस्तु से कोई आशा-अकांक्षा नहीं करता । वह अनासक्त भाव से कर्म करता है, सिर्फ कर्तव्य-बुद्धि से ।

गृहत्यागी साधक तो पूर्णतया अनासक्त कर्म करता है, क्योंकि वह फलाशा को पूर्णतया छोड़ चुका है ।

अशरण भावना, इस अपेक्षा से, अनासक्त योग की साधना है ।



साधक का भेदविज्ञान सुदृढ़ हो जाता है, अन्य वस्तुओं को प्राप्त करने की उसकी इच्छा क्षीण होती है, इन्द्रियों के विषयों की ओर रुचि कम हो जाती है, ममत्वभाव कम होकर समत्वभाव प्रादुर्भूत हो जाता है।

साधक का दृढ़ विश्वास हो जाता है कि ममत्व ही दुःख, चिन्ताओं और मानसिक उद्वेगों का कारण है, अतः वह ममत्व को छोड़कर समत्व में लीन होता है। इन सब से अपनी आत्मा को भिन्न समझता है।

इस प्रकार उसका अन्यत्व भाव सुदृढ़ होता है।

### (६) अशुचि भावना पावनता की ओर प्रयाण

अशुचिभावना का अनुचिन्तन करते हुए साधक अपने शरीर की अशुचि को देखता है।

यह शरीर जैसा बाहर है, वैसा ही भीतर है, और जैसा भीतर है वैसा ही बाहर है। साधक इस अशुचि शरीर को अन्दर से अन्दर देखता है और झरते हुए विविध स्रोतों को भी देखता है।<sup>१</sup>

शरीर की अशुचिता को देखने से साधक के मन में इस शरीर के प्रति रागासक्ति मिट जाती है और वह पावनता तथा पवित्रता की ओर मुड़ता है। पवित्रता उसे दिखाई देती है आत्मा में, आत्मिक गुणों में। उसका शरीर-सौन्दर्य के प्रति मोह मिट जाता है और पवित्रात्मा के अनुभव की ओर वह मुड़ जाता है। वह अपनी आत्मा पर अपना ध्यान केन्द्रित करने लगता है।

अशुचि भावना, इस प्रकार साधक को शुचिता की ओर, पवित्रता की ओर जाने का मार्ग प्रशस्त करती है और उसे आत्म-ध्यान की ओर अभिमुख करती है।

### (७) आलस्य भावना आन्तरिक भावों का निरीक्षण

अब तक की ६ भावनाएँ बाह्य जगत् से सम्बन्धित थीं। उनके अनुचिन्तन द्वारा साधक बाह्य जगत्, शरीर आदि के प्रति ममत्व एवं आसक्ति का विसर्जन करता था, उनके प्रति मोह को तोड़ता था किन्तु इस आलस्य भावना द्वारा वह अपने आन्तरिक जगत् का निरीक्षण करता है। वह देखता है कि मन-वचन-काय—इन तीनों योगों की प्रवृत्ति के कारण कर्मों का आगमन हो रहा है।

१ जहा अतो तहा बाहि, जहा बाहि तहा अन्तो ।

अतो अतो देहन्तराणि पासति मुढो वि सवताइ ।

—आचार्य २/५/६२

कर्मों का आगमन ही आस्रव है। यह आस्रव पाँच प्रकार का होता है—(१) मिथ्यात्व, (२) अविरति (३) प्रमाद (४) कपाय और (५) योग।

इनमें से मिथ्यात्व का नाश तो वह पहले ही कर चुका होता है, शेष चार प्रकार के आस्रव ही उसको शेष होते हैं। उनका निरोक्षण करके साधक उन्हें न होने देने का प्रयत्न करता है।

आस्रव भावना की साधना द्वारा साधक को कर्मबन्ध के हेतुओं का परिज्ञान हो जाता है, अतः उसमें उनसे विरति की भावना आती है और वह आस्रव के कारणों को अनास्रव के कारण<sup>१</sup> बनाने की ओर गतिशील होता है।

आस्रव वास्तव में आत्मा के छिद्र है। नाव में जिस प्रकार छिद्रों में पानी भरता है और पानी भरने से नाव को डूबने का खतरा पैदा होता है, उसी प्रकार आस्रव के रूप में आत्मा में कमजल भरता है और वह ससार समुद्र में डूबता है। आस्रव भावना से अनुभावित साधक अपने मनश्छिद्रों को स्वयं देखता है, समझता है, पहचानता है, उन पर ध्यान केन्द्रित करता है, उन स्रोतों से आते हुए कर्म-रूप-जल को समझने का प्रयत्न करता है। इस प्रकार साधक अपनी दुर्बलता और भूल को पहचानता और पकड़ता है। भूल को पकड़ लेना बहुत बड़ी सफलता है, क्षमता है। वह आगे चलकर उनको बन्द भी कर देता है और समस्त दुर्बलताओं पर विजय भी पा लेता है। अतः आस्रव भावना से साधक कर्मस्त्रियों को जानने पहचानने में निपुण होता है। फिर उन्हें रोकने का प्रयत्न भी करता है जिसे आगे 'सवर भावना' में बताया गया है।

#### (८) सवर भावना मुक्ति की ओर चरणन्यास

सवरयोग, जैन योग का एक बहुत ही महत्वपूर्ण योग है। साधक इस सवर भावना के अनुचितन द्वारा सवरयोग की ही साधना करता है। वह आस्रवों को—कर्मों के आगमन को रोकता है। आस्रव से विपरीत प्रवृत्ति करके वह सवर करता है।<sup>२</sup>

१ आचाराग १/४/२/४४१

२ सवर की परिभाषा करते हुए श्री देवसेनाचार्य ने कहा है—

स्निध्य छिद्रसहस्रे जल जाणे जह जल तु णासवदि ।

मिच्छताइ अभावे तह जीवे सवरो होइ । —वृहद् नयचक्र १५६

जिस प्रकार नाव के छिद्र रुक जाने से उसमें जल प्रवेश नहीं करता, उसी प्रकार मिथ्यात्वादि का अभाव हो जाने पर जीव को कर्मों का सवर होता है।

सवर<sup>१</sup> के लिए वह सम्यक्त्व, विरति, अप्रमाद, अकषाय और अयोग की साधना करता है।

सवर की साधना वह दो रूपों में करता है। द्रव्यरूप से वह योगी—(मन-वचन-काय को), को स्थिर रखता है और भावरूप से वह मन के सकलपो-विकलपो, आवेगो सवेगो कषायो आदि को रोकता है।

इस प्रकार साधक अनालस्य अथवा सवर की साधना करके कर्मबन्ध को रोकता है अन्तर्षिष्ट्रो को ढाँकता है और मुक्ति की ओर अग्रसर होता है।

(६) निर्जरा भावना आत्मशुद्धि की साधना

निर्जरा, आत्मशुद्धि की प्रक्रिया है। आत्मा के साथ जो कर्म बँधे हुए हैं, उनको आत्मा से दूर करना, झाड़ना, बन्धनमुक्त करना निर्जरा है। वह निर्जरा तप के द्वारा की जाती है।

इस भावना के अनुचिन्तन में साधक निर्जरा के लक्षण स्वरूप और साधनों के बारे में बार-बार चिन्तन-मनन करता है। इस चिन्तन से साधक की आत्मा में तप, दान, शील के प्रति आकर्षण बढ़ता है। तप करने की हृदय में भावना जाती है तथा उत्साह एव साहस भी उत्पन्न होता है।

इस आत्मिक साहस, उत्साह और भावना से भी कर्मों की निर्जरा होती है और जब वह तप के मार्ग पर चल पड़ता है, तप करने लगता है, तब तो वह सभी कर्मों से मुक्त होकर शुद्ध बन जाता है।

इस प्रकार निर्जरा भावना आत्म-शुद्धि का साधन बन जाती है और साधक इस भावना के द्वारा अपनी आत्मा की शुद्धि का प्रयास करता है। साधक में अदम्य साहस व तितिक्षा वृत्ति जागृत होती है।

१ सवर के मुख्य भेद ५ हैं—(१) सम्यक्त्व, (२) विरति, (३) अप्रमाद, (४) अकषाय (५) योगनिग्रह। —स्याना ५/२/४१८ तथा समवाया ५

किन्तु इसके २० और ५७ भेद भी माने जाते हैं।

(क) पाँच समिति, तीन गुप्ति, दस धम, बारह अनुप्रेक्षा, बारह परीषहजय, और पाँच चारित्र—ये सवर के ५७ भेद हैं। —स्याना वृत्ति, न्याय १ (तत्त्वार्थ सूत्र ६/२)

(ख) सम्यक्त्व, विरति, अप्रमाद, अकषाय, अयोग, प्राणतिपातविरमण, मृषावाद-विरमण, अदत्तादानविरमण, अब्रह्मचयविरमण, परिग्रहविरमण, श्रोत्रेन्द्रिय-सवर, चक्षुरिन्द्रियसवर, घ्राणेन्द्रियसवर, रसनेन्द्रिय सवर, स्पर्शनेन्द्रियसवर, मनसवर, वचनसवर, कायसवर, उपकरणसवर, सूचीकुशाग्रसवर—ये २० भेद सवर के होते हैं। —प्रश्नव्याकरण, सवर द्वार तथा स्याना १०/७०६

## (१०) धर्म भावना आत्मोन्नति की साधना

धर्म, आत्मा की उन्नति का साधन है। धर्म से ही आत्मा को नैगस् की प्राप्ति होती है। धर्म ही प्राणी को ससार के दुखों से बचाकर मुक्ति के उत्तम सुख में पहुँचाता है।<sup>१</sup> वह धर्म, अहिंसा, सयम और तप रूप है और वही सर्वोत्तम मगल है।<sup>२</sup>

धर्मभावना के अनुचिन्तन में साधक धर्म (केवलप्रज्ञप्त धर्म) के विविध पहलुओं का चिन्तन करता है तथा उससे आत्मा को भावित करता है। श्रुतधर्म तथा चारित्र्यधर्म के भेद-प्रभेद और लक्षणों तथा अहिंसा, सयम और तप आदि का चिन्तन करता है।

इस चिन्तन से साधक की आत्मा में, उसकी रग-रग में, आचार-विचार व्यवहार में सर्वत्र धर्म रम जाता है, उसकी आत्मा धर्म में भावित हो जाती है और उसका सम्पूर्ण जीवन ही धर्ममय बन जाता है। वान्त-विक अर्थ में वह धर्मात्मा (धर्ममय आत्मा) बन जाता है। धर्म भावना से साधक धर्म के सूक्ष्म से सूक्ष्म रहस्य को हृदयगम कर लेता है।

उसके इस धर्ममय आचरण से उसके जीवन में सुख-शान्ति का सागर लहराने लगता है और उसकी आत्मिक उन्नति होती है।

## (११) लोक भावना आत्मा की शुद्धि

साधक लोक भावना का अनुचिन्तन करते हुए पद्मद्रव्यात्मक लोक का विचार करता है। जीव, अजीव, धर्म, अधर्म, आकाश, काल—इन छह द्रव्यों तथा उनके गुणों और पर्यायों पर विचार करता है। लोक की शाश्वतता, अशाश्वतता, इसके रचयिता अथवा स्वयं निर्मित, उसके सस्थान आदि बातों पर विचार करता है और फिर इस लोक में अपनी स्थिति पर चिन्तन करता है।

इस सम्पूर्ण चिन्तन से साधक की आस्था शुद्ध हो जाती है, वह लोक के वास्तविक स्वरूप को समझ जाता है। उसकी जिनवचनों के प्रति श्रद्धा प्रगाढ़ हो जाती है।

लोकानुप्रेक्षा द्वारा साधक को अपनी (आत्मा की) अनादिकालीन लोक यात्रा का अन्त पाने की कुञ्जी प्राप्त हो जाती है, उसका आस्तिक्य भाव शुद्ध और दृढ़ हो जाता है। वह लोक के स्वीकार के साथ-साथ अपनी

१ धर्म कर्मनिर्वहण ससारदुःखत सत्त्वान्यो धरत्युत्तमे सुखे ।

२ धम्मो मगलमुक्खिकट्ठ, अहिंसा सज्जो तवो ।

—रत्नकरड श्रावकाचार, श्लोक २

—दशवैकालिक १/१

तथा अन्य जीवों और द्रव्यों की स्थिति भी स्वीकार करता है। अन्य जीवों के प्रति उसमें सहिष्णुता और कल्याणभावना जागृत होती है।

यह कल्याणभावना स्वयं उसके कल्याण का भी साधन बनती है।

(१२) बोधिदुर्लभ भावना अन्तर्जागरण की प्रेरणा

बोधि का अभिप्राय है—सम्यग्दर्शन ज्ञान-चारित्र्य की उपलब्धि। इसकी उपलब्धि बहुत ही कठिन है।

इस भावना का अनुचितन करते हुए साधक, जीव की क्रमिक उन्नति पर विचार करता है। वह सोचता है—मेरा जीव अनादि काल से भव-भ्रमण कर रहा है। पहले कभी अव्यवहार राशि में था, फिर व्यवहार राशि में आया अनन्त काल निगोद में ही गुजर गया, फिर नरक, तिर्यच की वेदनाएँ सही, असंख्यात काल तक एकेन्द्रिय रहा, फिर सत्यात काल द्वीन्द्रिय, त्रीन्द्रिय, चतुरिन्द्रिय में गुजर गया, पचेन्द्रिय बना तो मनरहित रहा, मनसहित भी हुआ तो पशु-पक्षी बन गया, नरक की वेदना भी सही। मनुष्य बना तो आर्यक्षेत्र, उत्तम कुल न मिला, मिल भी गया तो धर्म की ओर रुचि न हुई, समय में पराक्रम न किया। भाग्ययोग अथवा पुण्यबल से जब मुझे ये सब संयोग प्राप्त हो गये हैं तो अब मुझे मुक्ति की साधना में अपना सम्पूर्ण बल-वीर्य-पराक्रम लगा देना चाहिए।

इस प्रकार के चिन्तन से साधक को अन्तर् जागरण की प्रेरणा प्राप्त होती है, उसका अन्तर् हृदय जाग्रत हो जाता है और वह मुक्ति मार्ग पर चल पड़ता है, मुक्त होने के लिए पूर्ण पुरुषार्थ करता है। वह बोधि और सबोधि को प्राप्त करता है।

इस प्रकार इन बारह अनुप्रेक्षाओं (भावनाओं) के चिन्तन-मनन द्वारा साधक अपनी वैराग्य भावना दृढ़ करता है।

**ज्ञान की जुगाली**

एक अपेक्षा से अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन को ज्ञान की जुगाली भी कह सकते हैं। जिस प्रकार गाय आदि पशु पहले तो घास आदि को उदरस्थ कर लेते हैं और फिर उस घास को शीघ्रता से और भली भाँति हजम करने के लिए एकान्त-शान्त स्थान पर बैठकर अवकाश के समय जुगाली करते हैं। इससे वह घास अच्छी तरह पच जाती है। उसी प्रकार साधक भी धर्मग्रन्थों के स्वाध्याय तथा गुरु-उपदेश से प्राप्त ज्ञान को पहले तो श्रवण और चक्षु इन्द्रियों के माध्यम से ग्रहण कर लेता है और फिर शात-एकान्त क्षणों में उस पर चिन्तन-मनन करता है, स्मृति पटल पर लाकर उस पर गहराई से विचार करता है। इस प्रक्रिया से गुरु-उपदिष्ट तथा

स्वाध्याय से प्राप्त ज्ञान उसे हृदयगम हो जाता है। अतः अनुप्रेक्षाओं को ज्ञान की जुगाली भी कह सकते हैं।

**वैराग्य भावनाएं**

भावनाओं के वर्गीकरण में द्वादश अनुप्रेक्षाओं को वैराग्य भावना कहा गया है। वैराग्य भावना कहने का कारण यह है कि इनके चिन्तन से साधक का वैराग्य भाव तीक्ष्ण, निर्मल एवं दृढ होता है।

योग साधना के लिए वैराग्य सर्वप्रथम और आवश्यक तत्व है। बिना वैराग्य के अध्यात्मयोग में साधक गति ही नहीं कर सकता। उसकी सम्पूर्ण गति-प्रगति वैराग्य की दृढता और प्रकर्षता पर ही निर्भर होती है।

वैराग्यहीन योग तो बिना प्राण का शरीर—शव मात्र ही होता है। उस योगविद्या के माध्यम से साधक चमत्कारी सिद्धियाँ मले ही प्राप्त कर ले, किन्तु मोक्षमार्ग की ओर उसकी गति हो ही नहीं सकती। सही शब्दों में ऐसा साधक अपनी आत्मा को पतन की ओर ही ले जाता है।

अध्यात्मयोग के साधक के लिए वैराग्य अति आवश्यक और आधारभूत है। इसीलिए भावनायोग के नाम से अध्यात्मयोग साधना का एक अंग भी निर्धारित किया है, जिसमें द्वादश अनुप्रेक्षाओं का चिन्तन करके साधक अपने वैराग्य को और भी सुदृढ करता है।

**अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से लाभ**

अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से वैराग्य भाव के दृढ होने के अतिरिक्त साधक को और भी कई लाभ होते हैं। उनमें से कुछ प्रमुख ये हैं—

(१) यथार्थता की अनुभूति—इन द्वादश अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से साधक को यथार्थता की स्पष्ट अनुभूति होती है। वह शरीर के—लोक के यथार्थ स्वरूप का ज्ञान प्राप्त कर लेता है। अशरण भावना से उसे विश्वास हो जाता है कि धर्म के अतिरिक्त ससार में कोई भी शरण नहीं है।

(२) मूर्च्छा और मलो की सफाई का अवसर—अनादिकालीन मिथ्या सत्कारों और कर्म-मलो के लगे रहने से आत्मा का ज्ञान-दर्शन-चारित्र्य ससाराभिमुखी और मलिन होता है। उस मल और मिथ्या सत्कारों को परिमार्जन करने का अवसर साधक को इन अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन द्वारा प्राप्त होता है। ससार-सम्बन्धी उसकी मोह-मूर्च्छा का नाश होता है। अशुचि भावना से उसका देहाध्यास छूट जाता है, ससार भावना से उसे ससार दुःखमय दिखाई देने लगता है। इसी प्रकार अन्य भावनाओं के चिन्तन से उसकी मूर्च्छा का नाश होता है।

(शेष पृष्ठ ७६ पर)

तथा अन्य जीवों और द्रव्यों की स्थिति भी स्वीकार करता है। अन्य जीवों के प्रति उसमें सहिष्णुता और कल्याणभावना जागृत होती है।

यह कल्याणभावना स्वयं उसके कल्याण का भी साधन बनती है।

(१२) बोधिदुर्लभ भावना अन्तर्जागरण की प्रेरणा

बोधि का अभिप्राय है—सम्यग्दर्शन ज्ञान-चारित्र्य की उपलब्धि। इसकी उपलब्धि बहुत ही कठिन है।

इस भावना का अनुचितन करते हुए साधक, जीव की क्रमिक उन्नति पर विचार करता है। वह सोचता है—मेरा जीव अनादि काल से भव-भ्रमण कर रहा है। पहले कभी अव्यवहार राशि में था, फिर व्यवहार राशि में आया अनन्त काल निगोद में ही गुजर गया, फिर नरक, तिर्यच की वेदनाएँ सही, असख्यात काल तक एकेन्द्रिय रहा, फिर सख्यात काल द्वीन्द्रिय, त्रीन्द्रिय, चतुरिन्द्रिय में गुजर गया, पचेन्द्रिय बना तो मनरहित रहा, मनसहित भी हुआ तो पशु-पक्षी बन गया, नरक की वेदना भी सही। मनुष्य बना तो आर्यक्षेत्र, उत्तम कुल न मिला, मिल भी गया तो धर्म की ओर रुचि न हुई, समय में पराक्रम न किया। भाग्ययोग अथवा पुण्यबल से जब मुझे ये सब सयोग प्राप्त हो गये हैं तो अब मुझे मुक्ति की साधना में अपना सम्पूर्ण बल-वीर्य-पराक्रम लगा देना चाहिए।

इस प्रकार के चिन्तन से साधक को अन्तर् जागरण की प्रेरणा प्राप्त होती है, उसका अन्तर् हृदय जागृत हो जाता है और वह मुक्ति मार्ग पर चल पड़ता है, मुक्त होने के लिए पूर्ण पुरुषाथ करता है। वह बोधि और सबोधि को प्राप्त करता है।

इस प्रकार इन बारह अनुप्रेक्षाओं (भावनाओं) के चिन्तन-मनन द्वारा साधक अपनी वैराग्य भावना दृढ़ करता है।

ज्ञान की जुगाली

एक अपेक्षा से अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन को ज्ञान की जुगाली भी कह सकते हैं। जिस प्रकार गाय आदि पशु पहले तो घास आदि को उदरस्थ कर लेते हैं और फिर उस घास को शीघ्रता से और भली भाँति हजम करने के लिए एतान्त-शान्त स्थान पर बैठकर अवकाश के समय जुगाली करते हैं, इससे वह घास अच्छी तरह पच जाती है। उसी प्रकार साधक भी धर्मग्रन्थों के रवाध्याय तथा गुरु-उपदेश से प्राप्त ज्ञान को पहले तो श्रवण और चक्षु इन्द्रियों के माध्यम से ग्रहण कर लेता है और फिर शात-एतान्त क्षणों में उस पर चिन्तन-मनन करता है, स्मृति पटल पर लाकर उस पर गहराई से विचार करता है। इस प्रक्रिया से गुरु-उपदिष्ट तथा

स्वाध्याय से प्राप्त ज्ञान उसे हृदयगम हो जाता है। अतः अनुप्रेक्षाओं को ज्ञान की जुगाली भी कह सकते हैं।

वैराग्य भावनाएं

भावनाओं के वर्गीकरण में द्वादश अनुप्रेक्षाओं को वैराग्य भावना कहा गया है। वैराग्य भावना कहने का कारण यह है कि इनके चिन्तन से साधक का वैराग्य भाव तीव्रण, निर्मल एवं दृढ़ होता है।

योग साधना के लिए वैराग्य सर्वप्रथम और आवश्यक तत्व है। बिना वैराग्य के अध्यात्मयोग में साधक गति ही नहीं कर सकता। उसकी सम्पूर्ण गति-प्रगति वैराग्य की दृढ़ता और प्रकर्षता पर ही निर्भर होती है।

वैराग्यहीन योग तो बिना प्राण का शरीर—शव मात्र ही होता है। उस योगविद्या के माध्यम से साधक चमत्कारी सिद्धियाँ भले ही प्राप्त कर ले, किन्तु मोक्षमार्ग की ओर उसकी गति हो ही नहीं सकती। मही गव्दो में ऐसा साधक अपनी आत्मा को पतन की ओर ही ले जाता है।

अध्यात्मयोग के साधक के लिए वैराग्य अति आवश्यक और आधारभूत है। इसीलिए भावनायोग के नाम से अध्यात्मयोग साधना का एक अंग भी निर्धारित किया है, जिसमें द्वादश अनुप्रेक्षाओं का चिन्तन करके साधक अपने वैराग्य को ओर भी सुदृढ़ करता है।

अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से लाभ

अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से वैराग्य भाव के दृढ़ होने के अतिरिक्त साधक को और भी कई लाभ होते हैं। उनमें से कुछ प्रमुख ये हैं—

(१) यथार्थता की अनुभूति—इन द्वादश अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन से साधक को यथार्थता की स्पष्ट अनुभूति होती है। वह शरीर के—लोक के यथार्थ स्वरूप का ज्ञान प्राप्त कर लेता है। अशरण भावना में उसे विश्वास हो जाता है कि धर्म के अतिरिक्त ससार में कोई भी शरण नहीं है।

(२) मूर्च्छा और मलो की सफाई का अवसर—अनादिकालीन मिथ्या सस्कारों और कर्म-मलो के लगे रहने से आत्मा का ज्ञान-दर्शन-चारित्र्य ससारामिषुखी और मलिन होता है। उस मल और मिथ्या सस्कारों को परिमार्जन करने का अवसर साधक को इन अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन द्वारा प्राप्त होता है। ससार-सम्बन्धी उसकी मोह-मूर्च्छा का नाश होता है। अशुचि भावना से उसका देहाध्यास छूट जाता है, ससार भावना से उसे ससार दुःखमय दिखाई देने लगता है। इसी प्रकार अन्य भावनाओं के चिन्तन से उसकी मूर्च्छा का नाश होता है।

(शेष पृष्ठ ७६ पर)



# कथा की कथा

—श्रीचन्द्र सुराना 'सरस'

[स्वाध्याय का पंचम अंग है—धर्मकथा। धर्मकथा का विशद विवेचन स्थानाग सूत्र मूल, तथा वृत्ति, दशवै कालिकनिर्युक्ति गाथा १८५ से २०१ तक तथा टीका, मूलाराधना ६५६ एव धवला षट्खंडागम भाग १ पृष्ठ १०४ से १०६ आदि अनेक प्राचीन ग्रन्थों में उपलब्ध है। इन ग्रन्थों में कथा, विकथा, सत्कथा एव धर्मकथा के सभी अंगों पर सूक्ष्म प्रकाश डाला गया है। स्वाध्यायी जिज्ञासुओं की ज्ञान वृद्धि को ध्यान में रखकर यहाँ मूल आगमानुसारी पाठ तथा वृत्ति के अनुसार विवेचन प्रस्तुत है।

धर्मकथा का स्वरूप जानने से पूर्व विकथा का रूप भी जान लेना चाहिए। स्वाध्यायी बन्धु सामायिक आदि में चार विकथाओं का परिहार करता है।]

चत्वारि विकथाओ पणत्ताओ—त जहा—

- |             |           |
|-------------|-----------|
| १ इत्थिकहा, | २ भक्तकहा |
| ३ देसकहा    | ४ रायकहा। |

विकथा चार प्रकार की कही गई है—

- |              |            |
|--------------|------------|
| १ स्त्री कथा | २ भक्त कथा |
| ३ देश कथा    | ४ राज कथा। |

कथन करने की शैली, वचन पद्धति को कथा कहते हैं। जिस कथा से, साधना एव समय में बाधा उत्पन्न होती हो, ब्रह्मचर्य-साधना में विक्षेप होता हो, स्वाद वृत्ति या रसलोलुपता बढ़ती हो, हिंसा तथा क्रूरभावनाओं को प्रोत्साहन मिलता हो, और राजनीतिक चर्चा से राग-द्वेष पूर्ण वातावरण का निर्माण होता हो—ऐसी कथा को विकथा कहा गया है।

—विरुद्धा समयमबाधकत्वेन कथा वचनपद्धतिविकथा।

## १. स्त्री कथा

इत्थिकहा चउत्विहा पणत्ता—

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| १ इत्थीण जाइकहा | २ इत्थीण कुलकहा    |
| ३ इत्थीण रूवकहा | ४ इत्थीण नेवत्थकहा |

स्त्री कथा के चार प्रकार हैं—

- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| १ स्त्रियो की जाति की कथा | २ स्त्रियो के कुल की कथा  |
| ३ स्त्रियो के रूप की कथा  | ४ स्त्रियो की वेशभूषा कथा |

१ स्त्रियो को जाति कथा—जैसे क्षत्रिय, ब्राह्मण, वैश्य, शूद्र आदि को लेकर अमुक जाति की स्त्री की निन्दा-प्रशंसा करना स्त्री जाति कथा है—जैसे—

धिग् ब्राह्मणीधवाभावे या जीवति मृता इव ।

धन्या मन्ये जने शूद्री पति लक्षेऽप्यनिन्दिता ॥ —वृत्ति

उस ब्राह्मणी (जाति) को धिक्कार है, जो पति के मरने पर जीती हुई भी मरी के समान रहती है। मैं तो उस शूद्री को धन्य मानता हूँ जो लाख पतियों का वरण कर लेने पर भी कटी निन्दित/अपमानित नहीं होती।

२ स्त्रियो की कुल सम्बन्धी कथा—अमुक कुल की स्त्री साहसी, प्रेम परायणा होती है, अमुक कुल की नीरस होती है आदि—

३ रूपकथा—स्त्रियो के रूप सम्बन्धी चर्चा—अमुक चन्द्रमुखी है, अमुक की आँखें हरिण जैसी हैं मीनाक्षी, मृगनयनी आदि उपमाएँ देकर शरीर-मौन्द्य की चर्चा करना रूपकथा है।

४ नेपथ्य कथा—स्त्रियो के वेशभूषा की चर्चा करना। अमुक प्रान्त या अमुक क्षेत्र की स्त्रियो की वेशभूषा ढीली ढाली है, अमुक प्रकार की है। वे शरीर को खुला रखती हैं, 'अर्ध ढके छवि देत' या अमुक सम्पूर्ण शरीर को ढक लेती हैं। बहुत तग वस्त्र पहनती हैं, अंग दीखते हैं अमुक प्रान्त की नारी गुडिया की तरह छुई मुई बनी रहती है, आदि।

दोष —

नीबू की चर्चा करने से मुँह में स्वाद ही पानी छूट आता है। इसी प्रकार स्त्री कथा करने से भावना में राग व उत्तेजना का सहज संचार होना संभव है। स्त्री कथा से निम्न दोषों की उत्पत्ति की अधिक सम्भावना रहती है—

आय-पर-मोहदीरणा उड्डाहो सुत्तमाक्षी परिहाणी ।

वभव्वते अगुत्तो पसगदोसा य गमणादी ।

—निशीथ भाष्य गाथा १२१

१ स्वयं के चित्त में मोह की उदीरणा

२ सुनकर पर के चित्त में मोह की उदीरणा

३ जनता में अपवाह या उसकी चर्चा

४ सूत्र एवं अर्थ के अध्ययन की हानि, समय की बर्बादी

५ ब्रह्मचर्य की गुप्ति का भंग

६ स्त्री-प्रसंग की सम्भावना

# कथा की कथा

—श्रीचन्द सुराना 'सरस'

[स्वाध्याय का पंचम अंग है—धर्मकथा। धर्मकथा का विशद विवेचन स्थानांग सूत्र मूल, तथा वृत्ति, दशवै कालिकनियुक्ति गाथा १८५ से २०१ तक तथा टीका, मूलाराधना ६५६ एव धवला पट्टखडागम भाग १ पृष्ठ १०४ से १०६ आदि अनेक प्राचीन ग्रन्थों में उपलब्ध है। इन ग्रन्थों में कथा, विकथा, सत्कथा एव धर्मकथा के सभी अंगों पर सूक्ष्म प्रकाश डाला गया है। स्वाध्यायी जिज्ञासुओं की ज्ञान वृद्धि को ध्यान में रखकर यहाँ मूल आगमानुसारी पाठ तथा वृत्ति के अनुसार विवेचन प्रस्तुत है।

धर्मकथा का स्वरूप जानने से पूर्व विकथा का रूप भी जान लेना चाहिए। स्वाध्यायी नन्हु सामायिक आदि में चार विकथाओं का परिहार करता है।]

चत्वारि विकथाओ पणत्ताओ—त जहा—

- |             |           |
|-------------|-----------|
| १ इत्थिकहा, | २ भत्तकहा |
| ३ देसकहा    | ४ रायकहा। |

विकथा चार प्रकार की कही गई है—

- |              |            |
|--------------|------------|
| १ स्त्री कथा | २ भक्त कथा |
| ३ देश कथा    | ४ राज कथा। |

कथन करने की शैली, वचन पद्धति को कथा कहते हैं। जिस कथा से, साधना एव समय में बाधा उत्पन्न होती हो, ब्रह्मचर्य-साधना में विक्षेप होता हो, स्वाद वृत्ति या रसलोलुपता बढ़ती हो, हिंसा तथा क्रूरभावनाओं को प्रोत्साहन मिलता हो, और राजनीतिक चर्चा से राग-द्वेष पूर्ण वातावरण का निर्माण होता हो—ऐसी कथा को विकथा कहा गया है।

—विरुद्धा समयवाधकत्वेन कथा वचनपद्धतिविकथा।

## १. स्त्री कथा

इत्थिकहा चउन्विहा पणत्ता—

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| १ इत्थीण जाइकहा | २ इत्थीण कुलकहा    |
| ३ इत्थीण रूवकहा | ४ इत्थीण नेवत्थकहा |

स्त्री कथा के चार प्रकार हैं—

- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| १ स्त्रियो की जाति की कथा | २ स्त्रियो के कुल की कथा  |
| ३ स्त्रियो के रूप की कथा  | ४ स्त्रियो की वेशभूषा कथा |

१ स्त्रियो की जाति कथा—जैसे क्षत्रिय, ब्राह्मण, वैश्य, शूद्र आदि को लेकर अमुक जाति की स्त्री की निन्दा-प्रशंसा करना स्त्री जाति कथा है—जैसे—

धिग् ब्राह्मणोर्धवाभावे या जीवति मृता इव ।

धन्या मन्ये जने शूद्री पति लक्षेऽप्यनिन्दिता ॥ —वृत्ति

उस ब्राह्मणी (जाति) को धिक्कार है, जो पति के मरने पर जीती हुई भी मरी के समान रहती है। मैं तो उस शूद्री को धन्य मानता हूँ जो लाख पतियों का वरण कर लेने पर भी कहीं निन्दित/अपमानित नहीं होती ।

२ स्त्रियो की कुल सम्बन्धो कथा—अमुक कुल की स्त्री साहसी, प्रेम परायणा होती है, अमुक कुल की नीरस होती है आदि—

३ रूपकथा—स्त्रियो के रूप सम्बन्धो चर्चा—अमुक चन्द्रमुखी है, अमुक की आँखें हरिण जैसी हैं मीनाक्षी, मृगनयनी आदि उपमाएँ देकर शरीर-सौन्दर्य की चर्चा करना रूपकथा है ।

४ नैपथ्य कथा—स्त्रियो के वेशभूषा की चर्चा करना । अमुक प्रान्त या अमुक क्षेत्र की स्त्रियो की वेशभूषा ढीली ढाली है, अमुक प्रकार की है । वे शरीर को खुला रखती हैं, 'अर्ध ढके छवि देत' या अमुक सम्पूर्ण शरीर को ढक लेती हैं । बहुत तग वस्त्र पहनती हैं, अग दीखते हैं अमुक प्रान्त की नारी गुडिया की तरह छुई मुई बनी रहती है, आदि ।

**दोष —**

नीलू की चर्चा करने से मुँह में स्वाद ही पानी छूट आता है । इसी प्रकार स्त्री कथा करने से भावना में राग व उत्तेजना का सहज संचार होना संभव है । स्त्री कथा से निम्न दोषो की उत्पत्ति की अधिक सम्भावना रहती है—

आय-पर-मोहदोरणा उड्डाहो सुत्तमादी परिहाणी ।

बभ्रवते अगुत्ती पसगदोसा य मनणादी ।

—निशीथ भाष्य गाथा १२१

१ स्वयं के चित्त में मोह की उदीरणा

२ सुनकर पर के चित्त में मोह की उदीरणा

३ जनता में अपवाह या उसकी चर्चा

४ सूत्र एवं अर्थ के अध्ययन की हानि, समय की बर्बादी

५ ब्रह्मचर्य की गुप्ति का भंग

६ स्त्री-प्रसंग की सम्भावना

## २. भक्त कथा

भक्तकहा चउव्विहा पणत्ता,

१ भक्तस्स आवावकहा

२ भक्तस्स णिव्वाव कहा

३ भक्तस्स आरम्भ कहा

४. भक्तस्स णिट्ठाण कहा

भक्त कथा के चार प्रकार बताये हैं ।

(भोजन के मधुर रस, कटु तिक्तरस, दधि घृत पूरी आदि से सम्बन्धित चर्चा व उनकी निन्दा-प्रशंसा करना भक्त कथा है—नियमसार तात्पर्यावृत्ति ६७ ।)

इसके चार भेद निम्न हैं—

१ आवाप कथा—रसोई की सामग्री, घृत, साग, ममाला आदि की चर्चा करना ।

२ निर्वाप कथा—पक्क या अपक्क अन्न तथा व्यंजन आदि की चर्चा करना ।

३ आरम्भ कथा—वस्तु के बनाने में कितनी सामग्री कितना ईंधन आदि आवश्यक होगा इसकी चर्चा करना ।

४ निष्ठान कथा—इस वस्तु के बनाने में इतना धन, इतना मसाला, बूरा-चीनी आदि लगा—इसकी चर्चा करना ।

दोष —आहार सम्बन्धी चर्चा करने से निम्न अनेक दोषों की उत्पत्ति होती है ।

१ आहार में आसक्ति, स्वाद आदि की स्मृति से रस गृद्धि व इगाल धूम आदि दोष की सम्भावना ।

२ अजितेन्द्रियता—खासकर रस इन्द्रिय नियन्त्रण मुक्त हो जाती है ।

३ औदारिकवाद—इस प्रकार की चर्चा करने वाले को लोग पेटू या उदर-गृद्ध कहने लगते हैं ।

—निशीथ भाष्य १२४

## ३. देश कथा

(देश—क्षेत्र, पर्वत, नगर, ग्राम आदि की चर्चा तथा इनमें राग-द्वेष की भावना से गुण-दोष बताना देश कथा है । —मूल आराधना ८५६)

देसकहा चउव्विहा पणत्ता,

१ देसविहि कहा,

२ देसविप्पकहा

३ देसच्छदकहा

४ देसणेवत्थ कहा

१ देश विधि कथा—विभिन्न देशों में प्रचलित भोजन आदि बनाने के प्रकार तथा वहाँ के कानून आदि की चर्चा करना ।

२ देशविकल्प कथा—भिन्न-भिन्न देशों में अनाज, फल आदि की उपज, जलवायु, परकीटे, आदि की चर्चा करना ।

३ देशच्छन्द कथा—विभिन्न देशों के विवाह-मृत्यु-जन्म सम्बन्धी रीति-रिवाजों की चर्चा करना ।

४ देश नेपथ्य कथा—विभिन्न देशों की वेशभूषा, अलङ्कार-आभूषण आदि की चर्चा करना ।

**दोष —**

आचार्य जिनदासगणी के अनुसार इस प्रकार की देश कथा करने से मुख्य रूप से निम्न दोषों की वृद्धि होती है—

रागद्वेषोत्पत्ति सपक्ष-परपक्षयो य अधिकरण ।

बहुगुण इमोत्ति दोसो सोत्तु गमन च अणोसि ॥

—निशीथ भाष्य १२७

१ राग द्वेष की उत्पत्ति होती है ।

२ स्वपक्ष तथा परपक्ष में उत्तेजना या कलह हो सकता है ।

३ अमुक देश में गुण है, अमुक देश में दोष है—यह सुनकर कोई वहाँ जावे या कोई वह देश छोड़कर अन्य देशों में जाने की तत्पर होता है ।

## ४. राज कथा

रायकहा चउव्विहा पणत्ता—

१ रणो अतियान कहा

२ रणो णिज्जाण कहा

३ रणो बल वाहन कहा,

४ रणो कोस-कोट्ठागार कहा

राज कथा के चार प्रकार हैं—

(राजाओं के युद्ध, सेना, कोष, अर्थव्यवस्था तथा शस्त्र सग्रह आदि से सम्बन्धित कथा-राज कथा है ।)

इसके चार प्रकार हैं—

१ राजा की अतियान कथा—नगर आदि में राजा के प्रवेश, शोभा यात्रा आदि की कथा ।

२ निर्याण कथा—राजा के निष्क्रमण-बाहर जाने की कथा ।

३ बलवाहन कथा—सेना एवं वाहनों की कथा ।

४ कोष कोट्ठागार कथा—राजकोष तथा अन्न भण्डार आदि की चर्चा करना ।

दोष —

इस प्रकार की कथा करने से निम्न दोषोत्पत्ति की सम्भावना रहती है—

१ गुप्तचर चोर आदि होने की आशंका होती है ।

२ कोई मुक्तभोगी हो या कोई अभुक्तभोगी हो, वह इस प्रकार की चर्चा सुनकर प्रव्रज्या छोड़कर पलायन करने की इच्छा कर सकता है ।

३ राजा आदि वनने की अभिलाषा आकांक्षा उत्पन्न हो सकती है ।  
—निशीथ भाष्य १३०

विकथा के भेद—

इस प्रकार चार विकथा के  $४ \times ४ = १६$  भेद होते हैं । यो सोलह प्रकार की विकथा है ।

गोम्मटसार जीवकाण्ड के अनुसार विकथा के २५ भेद होते हैं ।

भगवान् महावीर ने कहा है—जो निर्ग्रन्थ आदि इस प्रकार की विकथा बार-बार करते रहते हैं—उनको अतिशय ज्ञान दर्शन तत्काल उत्पन्न होते-होते रुक जाते हैं—अतिसेसे णाण-दसणे समुप्पाज्जिउकामे वि ण समुप्पज्जेज्जा—(स्थानाग ४) और जो इस प्रकार की कथाएँ नहीं करते, उनको अतिशय ज्ञान-दर्शन की तत्काल उत्पत्ति सुलभ होती है ।

सत्कथा—महापुराण (१-१८) के अनुसार सत्कथा और धर्मकथा—दो कथा उपादेय हैं ।

जिस कथा में द्रव्यानुयोग आदि आगमों की चर्चा हो, जीव के स्वर्ग मोक्ष-अभ्युदय आदि की प्राप्ति के साधनों की कथा हो, वह धर्मकथा है ।

जिसमें धर्म का, धर्मफल का पुण्य—आदि का निरूपण हो, वह सत्कथा है ।

### धर्म कथा

जिस चर्चा से आत्मा स्वर्ग, मोक्ष के उपायभूत सद्धर्म की जानकारी प्राप्त करता है उस चर्चा या कथा को धर्मकथा कहा जाता है । आगमों का अधीत विषय, जो मन में स्थिर हो गया है, जिस पर चिन्तन-मनन किया हो, उस विषय को वचनयोग द्वारा प्रकट करना भी धर्म-कथा है ।

धर्म कथा के चार प्रकार हैं—वास्तव में मूल आगम में सिर्फ 'कथा' शब्द ही है । चउव्विहा कहा—किन्तु इनके विषय धर्मोन्मुखी होने से आचार्यों ने इन्हें धर्मकथा में परिगणित किया है ।

चर्चविवाहा कहा पणसा ।

१ अक्खेवणी

२ विक्खेवणी

३ सवेयणी

४ णिव्वेयणी

धर्मकथा के चार प्रकार रहे हैं—

१ आक्षेपणी,

२ विक्षेपणी

३ सवेजनी

४ निर्वेदनी

१ आक्षेपणी—षट्द्रव्य, नवतत्त्व आदि का ज्ञान, तथा सामायिक चारित्र्य आदि का निरूपण कर उसके प्रति आकर्षण उत्पन्न करने वाली कथा ।—

आक्षेपणी स्वमत संग्रहणी—

जिस कथा में अनेकान्त सिद्धान्त की स्थापना हो वह आक्षेपणी है ।

—षट्खण्डागम भाग १ पृ १०५ तथा आगार धर्मावृत

२ विक्षेपणी—अन्य दर्शनो की एकान्तवादी मान्यताओं का पूर्व पक्ष स्थापित करके फिर हेतु-तर्क-दृष्टान्त आदि द्वारा उनका निरसन कर स्वमत (अनेकान्त) की स्थापना करने वाली कथा ।

३ सवेजनी—जीवन आदि की नश्वरता, और दुःख बहुलता तथा शरीर की अशुचिता-असारता दिखाकर वैराग्य जागृत करने वाली कथा ।

कुछ आचार्यों के अनुसार सवेयणी नाम पुण्य फल कहा—पुण्य के शुभ फलों का निदर्शन करने वाली कथा । जिस कथा से मन में सवेग—धर्म के प्रति उत्साह जागृत हो, वह कथा ।

वीरिय विट्ठविण्ढी ताण-वरण-दसणाण तह इड्ढी ।

उबइत्तइ खलु जहिय कहाइ सवेयणीइ सो ॥

—दशवै निर्युक्ति २००

ज्ञान-दर्शन-चारित्र्य सम्बन्धी ऋद्धि, तीर्थकर आदि की ऋद्धि, वैक्रिय लब्धि आदि का उपदेश अथवा इनका निदर्शन करने वाली सवेजनी कथा है ।

४ निर्वेदनी—कृत कर्मों के शुभाशुभ फल दिखलाकर ससार के प्रति उदासीनता—विरक्ति पैदा करने वाली कथा । कुछ आचार्यों के अनुसार—णिव्वेयणी नाम पाप फलसकहा—पाप के अशुभ फल और तद्वन्धु दुःखों का दर्शन-कराने वाली कथा । निर्वेद—ससार के प्रति, भोगों के-प्रति विरक्ति उत्पन्न करने वाली कथा ।



इन चारों कथाओं का धवला आदि दिगम्बर परम्परा मान्य ग्रन्थों में इस प्रकार विवेचन किया है ।

आक्षेपणी तत्त्वविधानभूता विक्षेपणी तत्त्वदिगन्तशुद्धिम् ।

सवेगिनी धमफलप्रपञ्चा निर्वेजिनी चाह कथा विरागाम् ।

—धवला १/१—१,२/१०५

- तत्वों का विधान करने वाली कथा आक्षेपणी है ।
- तत्व रूपी दिशान्तर—अन्य दिशा को प्राप्त हुई दृष्टि की शुद्धि करने वाली कथा—विक्षेपणी है ।
- विस्तारपूर्वक धर्म के फल का विवेचन करने वाली कथा—सवेजनी है । इसमें पुण्य-फल का—तीर्थंकर, गणधर, ऋषि, चक्रवर्ती, बलदेव, वासुदेव, देव, विद्याधर आदि की ऋद्धियाँ, पुण्य का फल इनका विवेचन करने वाली कथा—सवेजनी है ।
- निर्वेजनी—जिस कथा के श्रवण से वैराग्य की प्राप्ति हो, पाप के फल—नश्वर शरीर, तिर्यच, नारक योनि आदि के दुखों का दिग्दर्शन कराने वाली कथा ।

—षट्खण्डागम के आधार पर जैनेन्द्र सिद्धान्त कोष भाग २

## विविध भेद

### १. आक्षेपणी

अक्खेवणी कहा चउव्विहा—

१ आचार अक्खेवणी

२ व्यवहार अक्खेवणी

३ पण्णत्ति अक्खेवणी

४ दिट्ठिवात अक्खेवणी

आक्षेपणी कथा के चार प्रकार कहे हैं—

१ आचार आक्षेपणी—जिस कथा में आचार का निरूपण हो, वह । आचाराग आदि आचार सम्बन्धी आगमों की कथा ।

२ व्यवहार आक्षेपणी—व्यवहार—दोष विशुद्धि के लिए प्रायश्चित्त आदि का निरूपण करने वाली कथा अथवा व्यवहार आदि आगम सम्बन्धी चर्चा ।

३ प्रक्षिप्त आक्षेपणी—जिसमें शका आदि के समाधान की चर्चा हो, सशयग्रस्त को समझाने वाली कथा, अथवा प्रज्ञप्ति—व्याख्याप्रज्ञप्ति सूत्र (भगवती) आदि से सम्बन्धित कथा ।

४ दृष्टिपात आक्षेपणी—जिस कथा में श्रोता की योग्यता के अनुसार विविध नय आदि दृष्टियों से तत्त्व को निरूपण हो अथवा दृष्टिवाद १२ वा अंग सम्बन्धी चर्चा करना ।

दशवैकालिक सूत्र में उक्त शब्द आये हैं—

आचार-प्रज्ञप्तिधरो दिदिठ्ठाय महिज्जगो—

आचार प्रज्ञप्ति का धारक, दृष्टिवाद का अध्येता—उक्त आधार पर वृत्तिकार ने उक्त अर्थ में आचाराग, आदि आगमों का निर्देश किया है—देखे दशवै ८/४६ ।

## २. विक्षेपणी कथा

विद्वेखेवणी कहा चउव्विहा—

१ ससमय कहेइ

२ परसमय कहित्ता ससमय ठावइत्ता भवइ

३ सम्मावाय कहेइ, सम्मावाय कहित्ता मिच्छावाय कहेइ

४ मिच्छावाय कहेत्ता सम्मावाय ठावइत्ता भवइ

—विक्षेपणी कथा के चार प्रकार हैं ।

१ सम्यग्दृष्टि सम्पन्न व्यक्ति—पहले अपने सिद्धान्त का कथन कर, फिर दूसरे सिद्धान्त का कथन करता है ।

२ दूसरे के सिद्धान्त या मान्यता आदि का कथन करके फिर अपने सिद्धान्त की स्थापना करता है ।

३. पहले सम्यक्वाद का प्रतिपादन—स्थापना करके फिर मिथ्यावाद का कथन करता है ।

४ मिथ्यावाद का कथन करके, पहले असत्य का निदर्शन कराकर फिर सम्यग्वाद का कथन करता है ।

## ३. संवेजनी कथा—

सवेयणी कहा चउव्विहा—

१ इहलोग सवेयणी

२ परलोग सवेयणी

३ आतसरीर सवेयणी

४ पर-सरीर सवेयणी

सवेजनी कथा के चार प्रकार हैं—

१ इहलोक सवेजनी—मनुष्य जीवन की नश्वरता दिखाने वाली कथा ।

२ परलोक सवेजनी—देव, तिर्यंच, आदि के जन्मों की मोह-मयता तथा दुःखमयता का दिग्दर्शन कराने वाली कथा ।

३ आत्म-शरीर सवेजनी—अपने शरीर की अशुचिता असारता का उद्घाटन करने वाली कथा,

४ पर-शरीर सवेजनी—दूसरे के शरीर की अशुचिता का प्रतिपादन करने वाली कथा—

इन चारों भेदों में मुख्यतः सवेग का उद्बोधन है जिससे ससार एवं भोगों के प्रति आमक्ति कम होती है।

## ४ निर्वेदनी कथा—

निर्वेदनी कहा—चउद्विहा—

१. इहलोगे दुच्छिण्णाकम्मा इह लोगे दुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

२. इहलोगे दुच्छिण्णाकम्मा परलोगे दुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

३. परलोगे दुच्छिण्णाकम्मा इहलोगे दुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

४. परलोगे दुच्छिण्णाकम्मा परलोगे दुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

१. इहलोगे सुच्छिण्णाकम्मा इहलोगे सुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

२. इहलोगे सुच्छिण्णाकम्मा परलोगे सुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

३. परलोगे सुच्छिण्णाकम्मा इहलोगे सुहफल विवागसजुत्ता भवति ।

४. परलोगे सुच्छिण्णाकम्मा परलोगे सुहफलविवागसजुत्ता भवति ।

निर्वेदनी कथा के चार प्रकार हैं—

१. इहलोक में दुश्चीर्णकर्म—दुरे आचरित कर्म—(अशुभ कर्म) इसी लोक में दुःखमय फल देने वाले होते हैं।

२. इहलोक में दुराचरित कर्म परलोक में दुःखमय फल देने वाले होते हैं।

३. परलोक में दुश्चीर्ण कर्म इहलोक में दुःखमय फल देने वाले होते हैं।

४. परलोक में दुश्चीर्ण कर्म परलोक में दुःखमय फल देने वाले होते हैं।

१. इहलोक में सुआचरित (किये हुए शुभ कर्म) इसी लोक में सुखमय शुभफल देने वाले होते हैं।

२. इहलोक में सुआचरित कर्म परलोक में सुखमय फल देने वाले होते हैं।

३. परलोक में सुचीर्ण कर्म इहलोक में सुखमय फल देने वाले होते हैं।

४ परलोक मे सुचीर्ण कर्म परलोक मे सुखमय फल देने वाले होते हैं ।

इस प्रकार निर्वेदनी कथा के चार रूप अशुभ कर्म का अशुभ फल दिखाने वाले हैं और चार रूप शुभ कर्म का शुभ फल—यो धाठ विकल्प बनते हैं।

वस्तुतः कडाण कस्मात् न सुखं भवति—कृत कर्म का बिना भोगे मोक्ष नहीं तथा जहां कड़ कस्मात् तद्वाप्ति नारे—जैसा कर्म किया है वैसा ही फल मिलता है—इस शाश्वत अटल कर्म सिद्धान्त का निरूपण कर कर्मफल का ज्ञान देकर मनमें वैराग्य की जागृति करने वाली कथा—निर्वेदनी कथा है।

—सम्पूर्ण वर्णन स्थानाग सूत्र चतुर्थम्यान सूत्र—२४१ से २५० के अनुसार है।



(शेष पृष्ठ ६६ का)

(३) मन की निर्मलता—मिथ्या-सस्कार, मोह-मूर्छा का नाश होने का परिणाम यह होता है कि साधक के मन में जो कलुषता थी उसका भी नाश हो जाता है, मन में उठने वाले आवेग-सवेगों के भाव और सकृप-विकृति उपशान्त हो जाते हैं। इसका परिणाम मन की निर्मलता होता है।

साधक का मन ज्यो-ज्यो निर्मल होता है, उसमें वैराग्य का भाव बढ़ता जाता है, उसकी आध्यात्मिक उन्नति होती है, उसकी आत्म-चेतना की धारा उन्नति के सोपानों पर चढ़ती जाती है।

इस प्रकार द्वादश अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन-मनन से साधक को अपरिमित लाभ होता है। यही कारण है कि गृहस्थ और गृहत्यागी—दोनों प्रकार के साधक अनुप्रेक्षाओं का चिन्तन करके आत्मिक उन्नति के प्रति मजबूत रहते हैं।

द्वादश अनुप्रेक्षाओं के चिन्तन-मनन-अनुशीलन-अनुचिन्तन से साधक के हृदय में निवृत्ति-निर्वेद और परम शान्ति का संचार होने लगता है, एवं उसका वैराग्य दृढ़ से दृढतर हो जाता है, इसीलिए इन बारह अनुप्रेक्षाओं को वैराग्य भावना कहा गया है।

☐

## प्राध्यात्मिक प्रश्न-उत्तर

१ अध्यात्म का क्या अभिप्राय है ?

उत्तर—अध्यात्म दो शब्दों अवि + आत्मा से मिलकर बना है । जिन क्रियाओं, विचारों और ज्ञान-विज्ञान का आधार आत्मा है अथवा जो आत्मा से संबंधित है, आत्मा की उन्नति और शुद्धि करने वाले हैं, वे सब अध्यात्म की परिधि में आते हैं ।

२ प्रश्न—आध्यात्मिक साधना का उद्देश्य क्या है ? कृपया बतलावे ।

उत्तर—आध्यात्मिक साधना का उद्देश्य है, क्रोध आदि कषायों की उपशान्ति, राग द्वेष की निवृत्ति, आत्मोन्नति एवं आत्मिक शान्ति की प्राप्ति ।

३ प्रश्न—इस साधना का लक्ष्य क्या है ?

उत्तर—इसका लक्ष्य है समस्त दुखों का नाश और ससार-समुद्र को पार करके, अनन्त, अव्यावाध और शाश्वत सुख रूप मुक्ति की प्राप्ति ।

४ प्रश्न—यह साधना किस प्रकार की जा सकती है ?

उत्तर—इस साधना के दो प्रकार हैं—(१) सामायिक और (२) स्वाध्याय ।

### सामायिक सम्बन्धी प्रश्नोत्तर

५ प्रश्न—सामायिक का अभिप्राय बताइये ।

उत्तर—सामायिक का अभिप्राय है—रागद्वेष की प्रवृत्ति और सावद्य अर्थात् सभी सासारिक एवं पापकर्मों का त्याग करके एकान्त, शान्त स्थान में बैठकर आत्मचिंतन, धर्मध्यान आदि में चित्त को लगाना ।

६ प्रश्न—क्या यह शांत स्थान कोई भी, यथा—घर भी हो सकता है ?

उत्तर—हो तो सकता है किन्तु घर में इतनी शांति नहीं मिल पाती, इसलिए उपाश्रय अथवा स्थानक में करना अधिक उचित है क्योंकि वहाँ धार्मिक वातावरण रहता है । फिर भी यदि स्थानक घर से बहुत दूर है, अथवा साधक ऐसे गाँव नगर में, किसी कार्यवश गया हुआ है जहाँ स्थानक है ही नहीं तो वह घर में किसी धर्मशाला आदि शांत स्थान में जहाँ कि चित्त में विक्षेप पैदा करने वाला वातावरण न हो, सामायिक कर सकता है ।

६ प्रश्न—क्या सामायिक के लिए काल की मर्यादा भी है ?

उत्तर—हाँ, सामायिक कम से कम एक मुहूर्त यानी ४८ मिनट की होती है। ४८ मिनट के कालमान से जितनी सामायिक चाहे कर सकता है। यह श्रावक की—गृहस्थ साधक की मर्यादा है। साधु की सामायिक तो जीवन भर के लिए है।

७ प्रश्न—गुरुदेव ! मेरे प्रश्न श्रावक से ही संबंधित है।

तो अब यह बताइये कि यदि कभी ऐसी परिस्थिति आ जाय कि ४८ मिनट का अवकाश ही न हो, जैसे—ट्रेन पकड़ना, व्यापार सम्बन्धी कोई कार्य, डाक्टर या वकील आदि से मिलना ऐसे सैकड़ों कार्य हो सकते हैं। ऐसी स्थिति में यदि ४८ मिनट से कम समय यानी १०, २०, ३०, ४० मिनट तक धर्मध्यान कर लिया जाय तो क्या वह सामायिक नहीं कही जायेगी ?

उत्तर—श्रावक के लिए तो शास्त्रों का स्पष्ट विधान है कि सामायिक कम से कम ४८ मिनट तक तो करनी ही चाहिए। इससे कम समय तक हुई आध्यात्मिक साधना धर्मध्यान या सवर तो है किन्तु यह सामायिक व्रत नहीं है।

८. प्रश्न—अब सामायिक की विधि बताइये, किस प्रकार सामायिक शुरू करे ?

उत्तर—सामायिक प्रारम्भ करने से पहले चार शुद्धि करना आवश्यक है।

९ प्रश्न—ये शुद्धियाँ कौन-कौन सी हैं ?

उत्तर—ये शुद्धियाँ हैं—(१) काल शुद्धि (२) क्षेत्र शुद्धि, (३) द्रव्य शुद्धि (४) भाव शुद्धि।

१० प्रश्न—काल के विषय में तो आप अभी-अभी बता चुके हैं।

उत्तर—नहीं, वह तो सामायिक की काल-सीमा यानी समय मर्यादा बताई है, वह काल शुद्धि नहीं है।

११ प्रश्न—तो काल शुद्धि का क्या अभिप्राय है ?

उत्तर—काल शुद्धि से अभिप्राय है कि साधक को ऐसा समय सामायिक के लिए चुनना चाहिए, जिसमें कोलाहल न हो, वातावरण शांत हो, जिससे उसकी साधना में विघ्न न पड़े।

१२ ऐसा कौन-सा समय हो सकता है ?

उत्तर—ग्रन्थों में सामायिक के काल के लिए 'त्रि-संय' शब्द का प्रयोग हुआ है। इसका अर्थ यह है कि प्रातः ब्राह्म मुहूर्त, दोपहर के

समय और सायकाल सध्या के सामायिक करनी चाहिए। यह समय उचित है।

लेकिन आधुनिक युग विज्ञान का है। इस काल में यात्रिक सभ्यता का बोलबाला है। दिन के समय और यहाँ तक कि आधी रात तक ट्रैनो की घडघडाहट, ट्रको के होर्न, मोटर कारो, मोटर साइकिलो, स्कूटरो, मोपेडो की ह्विसिल, मनुष्यो की चीख-पुकार आदि का कानफोड शोर होता रहता है। ऐसे शोर में ध्यान लगना कठिन होता है। शहरी वातावरण दिन भर अशांत बना रहता है।

किन्तु प्रातः काल का ब्राह्म मुहूर्त ऐसा होता है जबकि सर्वत्र शान्ति छाई रहती है। इसलिए गृही साधक के लिए प्रातः काल का समय ही सर्वश्रेष्ठ है। इस समय वातावरण में प्रदूषण भी नहीं रहता है, प्रकृति उत्फुल्ल होकर विहँसती है, साधक के हृदय में प्रफुल्लता रहती है। रात भर विश्राम के कारण शरीर भी आलस्य-निद्रा मुक्त रहता है। अतः ऐसे समय में धर्मध्यान अच्छी तरह होता है।

इसके अतिरिक्त काल शुद्धि के लिए अन्य बातों का विचार भी आवश्यक है। उदाहरणार्थ—घर के किसी सदस्य को ट्रैन पकडनी है, बच्चों को स्कूल-कालेज जाना है, घर में किसी रोगी को औषध देने का समय हो रहा है। ऐसे समय में यदि साधक सामायिक लेकर बैठ जाय तो क्लेश व चिन्ता का कारण बन जायेगा।

अतः इन सब बातों का विचार करके उचित समय चुनना ही सामायिक की काल शुद्धि है।

१३ प्रश्न—क्षेत्र शुद्धि का स्वरूप बताइये।

उत्तर—क्षेत्र ऐसा हो जहाँ गन्दगी न हो, लोगों का अधिक आवागमन न हो, स्थान स्वच्छ और साफ हो। स्थान ऐसा हो जहाँ शुद्ध भावधारा न टूटे, चित्त में चंचलता न आये, बच्चों का क्रीडास्थल न हो, विषय-विकार बढ़ाने वाले शब्द कान में न पड़े, स्त्री पुरुषों के हास्य विनोद आदि न होते हो।

कल्पना करिए, साधक एक कमरे में सामायिक लिए बैठा है, उसी के बगल के कमरे में उच्च स्वर से रेडियो या लाउडस्पीकर फिल्मी गीतों का प्रसारण कर रहा है तो क्या साधक का ध्यान स्वाध्याय आदि आत्म-साधना में स्थिर रह सकेगा?

इन सब बातों का विचार क्षेत्र शुद्धि के लिए किया जाता है ।  
इसलिए सामायिक साधना का सर्वश्रेष्ठ स्थान उपाश्रय है ।

१४. प्रश्न—द्रव्य शुद्धि से क्या समझना चाहिए ?

उत्तर—द्रव्य का अर्थ यहाँ बाह्य है, द्रव्य-शुद्धि यानी बाह्य शुद्धि ।  
आत्म-साधना, यानी सामायिक साधना के उपयोग में आने वाले  
उपकरण, जैसे—आसन, पूंजणी, वस्त्र, मुख वस्त्रिका, पुस्तक आदि  
द्रव्य में गिने जाते हैं ।

ये सभी शुद्ध और स्वच्छ होने चाहिए । लेकिन स्वच्छता का अर्थ  
बहुमूल्यता नहीं, रेशम आदि के कीमती वस्त्र साधक के लिए उचित  
नहीं हैं । उसके वस्त्र आदि सारे उपकरण स्वच्छ-सादे होने के साथ-  
साथ अल्पमूल्य वाले भी हों ।

द्रव्य शुद्धि में वेशभूषा भी परिगणित की जाती है । साधक को  
गृहस्थ वेश उतारकर साधक के योग्य वेश धारण करना चाहिए ।

जरा कल्पना करिए आज का एक युवक सामायिक लेता है । वह  
कोट-पेट आदि पहनकर ही सामायिक में बैठ जाता है तो कैसे वह  
घुटना मोड़कर गुरुदेव को वन्दन करेगा, कैसे सामायिक की आज्ञा  
लेगा, कैसे पद्मासन से बैठकर ध्यान करेगा, उसे कितनी असुविधा  
होगी । नहीं कर सकेगा न ।

फिर दूसरी बात यह है कि वस्त्रों का मनोवैज्ञानिक प्रभाव भी  
पड़ता है, जितना सादा और साधक के योग्य वेश होगा, उतने ही  
अधिक उसके विचार शुद्ध होंगे ।

एक बात और, एक उपाश्रय में कई साधक सामायिक कर रहे हैं,  
कोई कोट पतलून की पश्चिमी वेशभूषा में है तो कोई धोती कुर्ते में  
और कोई पजामा कमीज में, इस तरह सभी की वेश-भूषा अलग-  
अलग है, तो इस दृश्य का बाहरी व्यक्तियों पर क्या प्रभाव पड़ेगा ?  
वह यही समझेगा न कि, यह वेश-भूषाओं का फैशन-शो है, अथवा ये  
विभिन्न लोग नाटक देखने बैठे हैं ।

इस तरह तो साधना की गरिमा ही समाप्त हो जायेगी । अतः  
सभी साधकों की वेश-भूषा एक समान होनी चाहिए ।

१५. प्रश्न—आपने इन तीन शुद्धियों का स्वरूप तो विस्तार से समझा  
दिया, मैं समझ गया । अब भाव शुद्धि के बारे में बताइये ।

उत्तर—भाव शुद्धि के अन्तर्गत तीन प्रकार की शुद्धि की जाती है—  
(१) मनशुद्धि, (२) वचन शुद्धि और (३) काय शुद्धि ।



(१) मन शुद्धि का अभिप्राय, हृदय और मस्तिष्क में पाप के, सामारिक क्रिया-कलापों के, घर-व्यापार सम्बन्धी समस्याओं के विचार भी न आये। धार्मिक विचारों से मन ओत-प्रोत रहे।

(२) वचन शुद्धि में कर्कश, कठोर, निष्ठ तथा सावद्य वचनों का विलकुल भी प्रयोग न हो। सामायिक साधना के दौरान साधक न गव भरे वचन बोले और न दोन शब्दों का प्रयोग ही करे, किसी की खुशामद भी न करे।

जहाँ तक सम्भव हो साधक मौन ही रहे और यदि बोलना आवश्यक ही हो जाय तो सीमित मात्रा में सातवारी सत्य वचन बोले।

(३) काय शुद्धि का अभिप्राय इतना ही है कि शरीर साफ-सुथरा हो गदा न हो, क्योंकि गन्दगी चित्त में जुगुप्सा पैदा करती है। वैसे यहाँ कायशुद्धि से अभिप्राय शरीर और शरीर से संचित सभी क्रियाओं में सावधानी है। साधक को उठना-बैठना, चलना आदि सभी क्रियाएँ सावधानी से करनी चाहिए।

१६ प्रश्न—अभी आपने छठे प्रश्न के उत्तर में सामायिक के दो प्रकार बताये थे—(१) साधु की सामायिक और (२) श्रावक की सामायिक तो सामायिक के यह दो ही भेद हैं अथवा और भी प्रकार हैं?

उत्तर—साधु की सामायिक और श्रावक की सामायिक—यह दो भेद तो काल की मर्यादा की अपेक्षा से हैं, अन्य अपेक्षाओं से और भी भेद होते हैं।

१५ प्रश्न—वे कौन-कौन से हैं?

उत्तर—क्रिया की अपेक्षा से दो भेद हैं—(१) द्रव्य सामायिक (२) भाव सामायिक।

१८ प्रश्न—द्रव्य सामायिक किसे कहते हैं?

उत्तर—द्रव्य का अभिप्राय है—बाहरी दिखावटी क्रिया। जब साधक सामायिक लेकर बैठ जाय, पूँजणी आदि उपकरण भी पास रख ले, स्तोत्र आदि भी बोले या हाथ में माला लेकर सस्वर मन्त्र जाप करे, लेकिन इन सब क्रियाओं में उसका मन न लगे, मन इधर-उधर की सैर करता रहे, तो वह द्रव्य सामायिक है।

यह ऐसी ही समझो—

मनुवा फिरे बाजार में, जीभ फिरे मुख माहि।

हाथन में माला फिरे, यह तो सुमिरन नाहि॥

ऐसी सामायिक से कोई विशेष लाभ नहीं होता।

१९ प्रश्न—भाव सामायिक क्या है ?

उत्तर—जब द्रव्य सामायिक की क्रियाओं में मन भी जुड़ जाता है तब वह भाव सामायिक बन जाती है। इसका फल अचिन्त्य होता है। ऐसी सामायिक पूनिया श्रावक ने की थी। जिसकी कीमत तो बहुत दूर, मगधेश श्रेणिक का समस्त वैभव उसकी दलाली भी न कर सका, तुच्छ पड़ गया।

२० प्रश्न—मैं भाव सामायिक का माहात्म्य समझ गया। तथा इसके अतिरिक्त भी सामायिक के और प्रकार हैं ?

उत्तर—व्यवहार भाष्य में सामायिक के तीन प्रकार बताये हैं—

(१) सम्यक्त्व सामायिक (२) श्रुत सामायिक (३) चारित्र सामायिक। सम्यक्त्व सामायिक के प्रभाव से विषय कषाय और राग-द्वेष में आत्मा के तीव्र परिणाम नहीं हो पाते। वह मन्द कषायी रहता है। श्रुत सामायिक का अर्थ है शास्त्र-ज्ञान में रमणता।

शास्त्र अथवा ज्ञानाभ्यास से आत्मा में समभाव आना है।

इन दोनों सामायिकों की कोई समय सीमा नहीं है।

तीसरा चारित्र सामायिक साधना रूप है। इसके ही साधु और श्रावक की सामायिक के रूप में दो भेद हैं तथा इसी की काल मर्यादा निश्चित की गई है।

इस काल मर्यादा का आधार यह है कि छद्मस्थ की मानसिक एकाग्रता लगातार सिर्फ एक मुहूर्त = ४८ मिनट तक ही एक समान रह सकती है।

२१ प्रश्न—सामायिक के उक्त प्रकारों के अलावा क्या अन्य अंग भी होते हैं ?

उत्तर—हाँ, सामायिक आवश्यक अथवा अवश्य करणीय साधना है। साधु और श्रावक दोनों ही इसे प्रतिदिन प्रातः और सायं दो समय अवश्य ही करते हैं।

इसके छह अंग हैं—(१) सामायिक (२) चतुर्विंशतिस्तव (३) वन्दना (गुरु उपासना) (४) प्रतिक्रमण (५) कायोत्सर्ग (६) प्रत्याख्यान।

२२ प्रश्न—इनके यही नाम हैं या शास्त्रों में अन्य नाम भी मिलते हैं ?

उत्तर—अनुयोग द्वार सूत्र में इनके गुणनिष्पन्न नाम भी दिये गये हैं।

वहाँ सामायिक का नाम सावद्ययोग विरति, चतुर्विंशतिस्तव का उत्कीर्तन, वन्दना का गुणवत्प्रतिपत्ति, प्रतिक्रमण का स्खलित

निन्दना, कायोत्सर्ग का व्रण चिकित्सा और प्रत्याख्यान का गुण-धारण नाम दिया गया है ।

२३ क्या इन छहो अंगो के क्रम का कोई आधार भी है ?

उत्तर—यह छहो अंग बहुत ही मोच-ममझकर रचे गये हैं । इनके इस क्रम का बहुत ही महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक आधार है ।

प्रथम अंग है— समता अथवा सावद्योग विरति । जब तक मनुष्य पापकर्मों को बुरा नहीं समझेगा तब तक उन्हें छोड़ने को तैयार भी नहीं होगा । इसीलिए सामायिक साधना की पृष्ठभूमि है सावद्योग विरति ।

सावद्योग विरति द्वारा जब मनोभूमि तैयार हो जाती है तभी वह समता के सर्वोच्च साधक वीतराग अर्हन्त देवों की स्तुति करने में सक्षम हो पाता है । इसीलिए सामायिक के उपरान्त चतुर्विंशति-स्तव का क्रम है ।

सद्गुणों को हृदयगम करने के उपरान्त ही साधक के हृदय में नम्रता और भक्तिभावना का उद्रेक होता है । तभी अर्हन्तों का स्वरूप बताने वाले गुरुदेव के प्रति उसके हृदय में भक्ति का सागर उमड़ता है । इसीलिए तीसरा क्रम 'गुरु वन्दना' का है ।

वन्दना से उसकी मनोभूमि में आर्द्रता आ जाती है । वह अपने दोषों को पहचानने लगता है और उन दोषों की आलोचना सरल हृदय से कर सकता है । इसी कारण चौथा आवश्यक 'प्रतिक्रमण' रखा गया है ।

प्रतिक्रमण अथवा दोषों की आलोचना से साधक की चित्तभूमि स्वच्छ और निर्दोष हो जाती है और वह कायोत्सर्ग द्वारा मन की एकाग्रता, चित्तवृत्तियों को स्थिर करने में सक्षम बन जाता है । इसी कारण पाँचवें क्रम में 'कायोत्सर्ग' रखा गया है ।

कहीं वे आलोचना किये हुए दोष पुनः चित्त में प्रवेश न कर जायें, इसलिए भविष्य के लिए साधक प्रत्याख्यान करता है, वह भविष्य के लिए उन पिछले दोषों का त्याग तो करता ही है, साथ ही अन्य नियम भी ग्रहण करता है । इसी कारण छठवाँ अथवा अंतिम आवश्यक 'प्रत्याख्यान' है ।

इस प्रकार आवश्यक के इन छहो अंगों का क्रम बहुत ही मनो-वैज्ञानिक है । इसे हम अध्यात्म विज्ञान कह सकते हैं ।

२३ प्रश्न—सामायिक सूत्र का प्रथम सूत्र नमुक्कार मन्त्र है। तो इस विषय में प्रश्न यह है कि कोई राम जपता है, कोई ग्रीष्म का नाम लेता है, कोई ॐ का जाप करता है तो कोई गायत्री मन्त्र जपता है, कोई कलमा पढ़ता है और हम जैन लोग नमुक्कार मन्त्र का जाप करते हैं—इनमें से अच्छा कौन है ?

उत्तर—यह तो अपनी-अपनी श्रद्धा की बात है, जिसकी जिम पर श्रद्धा होती है, वह उसी मन्त्र का जाप करता है।

२४ प्रश्न श्रद्धा की बात तो है ही, पर मेरा प्रश्न तो मन्त्र शास्त्र की दृष्टि से है। इस दृष्टि से कौन सा मन्त्र अधिक प्रभावशाली है ?

उत्तर—मन्त्र शास्त्र की दृष्टि से तो नमुक्कार मन्त्र ही सर्वश्रेष्ठ है, क्योंकि इसमें आनुनासिक वर्णों और महाप्राण ध्वनियों की प्रचुरता है।

२५ प्रश्न—आध्यात्मिक दृष्टि से भी बताइये।

उत्तर—आध्यात्मिक दृष्टि से भी नमुक्कार मन्त्र श्रेष्ठ है। क्योंकि अध्यात्म का प्रारम्भ ही वन्दना से होता है, वन्दना यानी विनय-भाव से ही चित्त की शुद्धि होती है और तभी आत्मा आध्यात्मिक उन्नति के सोपानों पर चढ़ता है।

२६ प्रश्न—नमुक्कार मन्त्र में किसकी वन्दना की गई है ?

उत्तर—नमुक्कार मन्त्र में पाँच पद हैं। उनमें से पहले दो पदों में देव-पद की—वीतराग अरिहन्त देव और शाश्वत सुख के धाम मुक्ति में विराजित सिद्ध भगवन्तो की वन्दना है। शेष तीन पदों में मुक्ति के साधक—आचार्य, उपाध्याय और साधुओं की वन्दना की गई है। इस प्रकार नमुक्कार मन्त्र के पाँच पदों में प्रथम दो देव पद हैं और शेष तीन गुरुपद हैं।

२७ प्रश्न—आपने देव पद में अरिहन्त और सिद्ध दो की गणना की तो जब ये दोनों ही देव हैं तो इनमें अन्तर क्या है ?

उत्तर—अरिहन्त भगवान् शरीर सहित हैं और सिद्ध भगवन्त अशरीरी हैं तथा अरिहन्त के अभी चार अघातिया कर्म शेष हैं और सिद्ध सभी कर्मों में रहित हैं। ये दो प्रमुख भेद हैं।

इसके अतिरिक्त सर्वज्ञता और वीतरागता की दृष्टि से इन दोनों देव-पदों में कोई अन्तर नहीं है।

२८ प्रश्न—वन्दना तीन बार ही क्यों की जाती है, इससे अधिक या कम बार क्यों नहीं की जाती ?

उत्तर—वन्दनीय गुण तीन है— दर्शन, ज्ञान, चारित्र्य, इसलिए वन्दना भी तीन बार ही की जाती है ।

२६ प्रश्न—वन्दना की विधि क्या है ? किस प्रकार वन्दना करनी चाहिए ?

उत्तर—वन्दना पाँच अंग नमाकर करनी चाहिए । यह पाँच अंग है—दो घुटने, दो हाथ और एक सिर ।

३० प्रश्न—सामायिक के पूर्व ५-६ पाठ बोलकर चतुर्विंशतिस्तव किया जाता है । इसकी क्या जरूरत है ? इतना समय सामायिक में ही क्यों न बिताया जाय ?

उत्तर—जैसे पौष्टिक औषधि खाने से पहले कोष्ठ शुद्धि और बीज बोन से पहले क्षेत्र शुद्धि आवश्यक है, उसके बिना पौष्टिक आपत्ति बलवीर्य नहीं बढ़ा सकती और बीज से नहलहाती फसल नहीं ली जा सकती । उसी प्रकार सामायिक द्वारा आत्मिक शक्ति बढ़ाने के लिए चित्तशुद्धि आवश्यक है । इन पाठों से सासारिक वासना को भुलाकर मन को पाप-भार से हल्का बनाया जाता है । अतः इन पाठों को व्यर्थ नहीं समझना चाहिए ।

३१ प्रश्न—सामायिक ग्रहण करने के बाद बाँया घुटना ऊँचा रखकर भगवान की स्तुति की जाती है, इसमें कोई विशेष दृष्टिकोण है अथवा केवल परम्परा का निर्वाह मात्र है ।

उत्तर—स्तुति के समय विनम्रता रखना आवश्यक है । जब दाहिने घुटने के बल बैठकर बाया घुटना खड़ा रखा जाता है तब सहज ही मेरुदण्ड झुकने से शरीर भी झुक जाता है और फिर घुटने पर दोनों हाथ जोड़कर रखने से पूर्ण विनय प्रगट हो जाता है । अतः इस आसन को विनय का आसन माना गया है ।

यही इस आसन का दृष्टिकोण है, परम्परा का निर्वाह मात्र ही यह नहीं है ।

३२ प्रश्न—सामायिक सूत्र के सभी पाठ प्राकृत भाषा में हैं । यह भाषा आधुनिक युग में प्रचलित नहीं है । अतः इसको बोलने में उच्चारण सम्बन्धी अशुद्धियाँ होने की भी सम्भावना है तथा बहुत लोगों को अर्थ समझने में भी कठिनाई होती है । फिर क्यों न इन पाठों का आज की राष्ट्रभाषा हिन्दी में अनुवाद करके प्रचलित कर दिया जाय, इससे सभी को सरलता और सुविधा रहेगी ।

उत्तर—जहाँ तक सुविधा का प्रश्न है तो आध्यात्मिक साधना में सुविधा नहीं, शुद्धता अपेक्षित होती है ।

उच्चारण सवधी दोष अभ्यास से दूर किये जा सकते हैं ।

अर्थ समझने की समस्या गुरुदेव से पूछकर हल की जा सकती है अथवा इन पाठों का अर्थ पुस्तकों से भी समझा जा सकता है, उसमें कोई कठिनाई नहीं है ।

लेकिन मूल प्राकृत पाठों का हिन्दी अनुवाद प्रचलित करना सर्वथा अनुचित है । प्रथम तो इससे आगम की हीलना होती है । दूसरे, इन पाठों की गरिमा भी कम होती है । तीसरी, एक विचित्र दृश्य उपस्थित हो जायेगा ।

कल्पना करिए, एक ही उपाश्रय में भारत के विभिन्न प्रान्तों के व्यक्ति सामायिक कर रहे ह । एक हिन्दी अनुवाद बोल रहा है तो दूसरा गुजराती भाषा में, तीसरा तमिल में उच्चारण कर रहा है तो चौथा तेलगू या मलयालम में । इसी तरह पंजाबी, बंगाली, मराठी आदि भाषाओं में बोलने वाले भी होंगे तो कोई अंग्रेजीवा अंग्रेजी झाड़ रहा होगा ।

तब कैसा विचित्र दृश्य उपस्थित होगा, क्या साधना की एकरूपता रह सकेगी ? संभव ही नहीं है । फिर सबसे बड़ी समस्या यह पैदा होगी कि कितनी भाषाओं में अनुवाद किया जाय ।

अतः निर्दोष और निरतिचार सामायिक साधना के लिए मूल पाठों का प्राकृत में ही रहना उचित है ।

३३ प्रश्न—अभी आपने निरतिचार शब्द का प्रयोग किया तो क्या सामायिक के अतिचार भी है ? अतिचार हैं तो कितने हैं ? उनके बारे में भी बताइये ।

उत्तर—सामायिक के पाँच अतिचार हैं—

(१) मन दुष्प्रणिधान—सामायिक में मन के भाव सासारिक प्रपंचों की उधेड़ धुन में लगे रहे ।

(२) वचन दुष्प्रणिधान—सामायिक में कर्कश, कठोर वचनों का प्रयोग ।

(३) कायदुष्प्रणिधान—बार-बार आसन बदलना, सहारा लेना, शरीर खुजलाना, मैल उतारना आदि ।

(४) स्मृत्यकरण—सामायिक के समय की स्मृति (ध्यान) न रखना, समय पर न करना, सामायिक के पाठों को भूल जाना आदि ।

(५) अनवस्थितता—सामायिक को स्थिर होकर न करना, समय से पहले ही पार लेना, निश्चित विधि का अनुमरण न करना आदि ।

३४ प्रश्न—सामायिक के दोष कितने हैं ?

उत्तर—सामायिक के ३२ दोष हैं । दस मन के, दस वचन के और बारह काया के ।

३५ मन के दस दोष कौन-कौन से हैं ?

उत्तर—मन के दस दोष यह हैं—

(१) उचित अनुचित का विवेक न रखना ।

(२) यश कीर्ति की इच्छा से सामायिक करना ।

(३) भौतिक वैभव के आभ की इच्छा से सामायिक करना ।

(४) गर्व का भाव मन में आना ।

(५) लोक लाज अथवा राजादि के भय, अपराधमुक्त होने की भावना से सामायिक करना ।

(६) भौतिक पदार्थों की प्राप्ति का निदान करना ।

(७) सामायिक के फल में संशय करना ।

(८) सामायिक में क्रोध मान आदि करना, लड़ाई-झगडा करना ।

(९) गुरु के प्रति अविनय का भाव रखना

(१०) किसी के दबाव से बिना उत्साह के सामायिक करना , अवहुमान नाम का दोष है ।

३६ प्रश्न—वचन के दोष बतावे ।

उत्तर—वचन के भी दस दोष हैं—

(१) कुत्सित वचनों का प्रयोग ।

(२) बिना विचारे सहसा असत्य बोलना ।

(३) काम वृद्धि कारक अश्लील गीत गाना ।

(४) पाठ को संक्षिप्त करके बोल देना ।

(५) कलह उत्पन्न करने वाले वचनों का प्रयोग ।

(६) स्त्री कथा, राजकथा, भोजनकथा, देशकथा आदि विकथा करना अथवा कहना ।

(७) हँसी मजाक करना, व्यंग करना ।

(८) सामायिक के पाठ को अशुद्ध बोलना ।

(९) असावधानीपूर्वक वचन बोलना ।

(१०) सामायिक का पाठ गुनगुन करते हुए बोलना, स्पष्ट न बोलना ।

३७ प्रश्न—काया के दोषों का वर्णन करिए ।

उत्तर—(१) गुरु के समक्ष अविनय मुद्रा में बैठना

(२) बार-बार आसन बदलना ।

(३) स्वयं सावद्य क्रियाएँ करना अथवा दूसरो से करवाना ।

(४) बिना विशेष कारण के दीवार आदि का सहारा लेना ।

(५) निष्प्रयोजन हो हाथ-पैरों को फैलाना-सिकोडना ।

(६) दृष्टि को चपल रखना, बार-बार इधर-उधर देखना ।

(७) ऐसे आसन से बैठना, जिससे आलस्य आवे ।

(८) हाथ-पैरों की उँगलियों को मोड़ना, चटकाना ।

(९) शरीर पर से मैल उतारना ।

(१०) शोकग्रस्त होकर बैठना ।

(११) ऊँघना या सो जाना ।

(१२) दूसरो से वैयावृत्य यानी सेवा कराना ।

यह काया के बारह दोष हैं ।

इस प्रकार दस मन के, दस वचन के और बारह काया के कुल बत्तीस दोष हैं ।

सामायिक निर्दोष और निरतिचार करनी चाहिए । ऐसी सामायिक का बहुत फल होता है । यहाँ तक कहा गया है कि बिना सामायिक साधना के भूतकाल में कोई भी मुक्त नहीं हुआ, वर्तमान में भी नहीं हो रहा है और भविष्य में भी नहीं होगा ।

**स्वाध्याय सम्बन्धी प्रश्नोत्तर**

३८ प्रश्न—जिस प्रकार इजीनियरी, डाक्टरी, वकालत आदि पढ़ने से धन, पद आदि का प्रत्यक्ष लाभ होता है, ऐसा कोई लाभ धार्मिक ग्रन्थों के पठन-पाठन से तो होता नहीं फिर उनका स्वाध्याय क्यों किया जाय ?

उत्तर—यद्यपि धन, पद, सत्ता आदि का लाभ तो धार्मिक ग्रन्थों के पढ़ने से नहीं होता किन्तु यह समझना भूल है कि इनसे कोई प्रत्यक्ष या व्यावहारिक लाभ नहीं होता ।

३९ प्रश्न—तो ऐसे प्रत्यक्ष लाभ बताइये ।

उत्तर—सबसे बड़ा लाभ तो आत्मिक शान्ति का है । व्यावहारिक



(५) अनवस्थितता—सामायिक को स्थिर होकर न करना, समय से पहले ही पार लेना, निश्चित विधि का अनुमरण न करना आदि ।

३४ प्रश्न—सामायिक के दोष कितने हैं ?

उत्तर—सामायिक के ३२ दोष हैं । दस मन के, दस वचन के और बारह काया के ।

३५ मन के दस दोष कौन-कौन से हैं ?

उत्तर—मन के दस दोष यह हैं—

(१) उचित अनुचित का विवेक न रखना ।

(२) यश कीर्ति की इच्छा में सामायिक करना ।

(३) भौतिक ब्रह्म के लाभ की इच्छा से सामायिक करना ।

(४) गर्व का भाव मन में आना ।

(५) लोक लाज अथवा राजादि के भय, अपराधमुक्त होने की भावना से सामायिक करना ।

(६) भौतिक पदार्थों की प्राप्ति का निदान करना ।

(७) सामायिक के फल में सशय करना ।

(८) सामायिक में क्रोध मान आदि करना, लड़ाई-झगडा करना ।

(९) गुरु के प्रति अविनय का भाव रखना

(१०) किसी के दबाव से बिना उत्साह के सामायिक करना , अबहुमान नाम का दोष है ।

३६ प्रश्न—वचन के दोष बतावे ।

उत्तर—वचन के भी दस दोष हैं—

(१) कुत्सित वचनों का प्रयोग ।

(२) बिना विचार के सहसा असत्य बोलना ।

(३) काम वृद्धि कारक अश्लील गीत गाना ।

(४) पाठ को संक्षिप्त करके बोल देना ।

(५) कलह उत्पन्न करने वाले वचनों का प्रयोग ।

(६) स्त्री कथा, राजकथा, भोजनकथा, देशकथा आदि विकथा करना अथवा कहना ।

(७) हँसी मजाक करना, व्यग करना ।

(८) सामायिक के पाठ को अशुद्ध बोलना ।

(९) असावधानीपूर्वक वचन बोलना ।

(१०) सामायिक का पाठ गुनगुन करते हुए बोलना, स्पष्ट न बोलना ।

३७ प्रश्न—काया के दोषों का वर्णन करिए ।

उत्तर—(१) गुरु के समक्ष अविनय मुद्रा में बैठना

(२) बार-बार आसन बदलना ।

(३) स्वयं सावध क्रियाएँ करना अथवा दूसरों से करवाना ।

(४) बिना विशेष कारण के दीवार आदि का सहारा लेना ।

(५) निष्प्रयोजन हो हाथ-पैरों को फँलाना-सिकोडना ।

(६) दृष्टि को चपल रखना, बार-बार इधर-उधर देखना ।

(७) ऐसे आसन से बैठना, जिससे आलस्य आवे ।

(८) हाथ-पैरों की उँगलियों को मोड़ना, चटकाना ।

(९) शरीर पर से मैल उतारना ।

(१०) शोकग्रस्त होकर बैठना ।

(११) ऊँघना या सो जाना ।

(१२) दूसरों से वैयावृत्य यानी सेवा कराना ।

यह काया के बारह दोष हैं ।

इस प्रकार दस मन के, दस वचन के और बारह काया के कुल बत्तीस दोष हैं ।

सामायिक निर्दोष और निरतिचार करनी चाहिए । ऐसी सामायिक का बहुत फल होता है । यहाँ तक कहा गया है कि बिना सामायिक साधना के भूतकाल में कोई भी मुक्त नहीं हुआ, वर्तमान में भी नहीं हो रहा है और भविष्य में भी नहीं होगा ।

**स्वाध्याय सम्बन्धी प्रश्नोत्तर**

३८ प्रश्न—जिस प्रकार डीजिनियरी, डाक्टररी, बकालत आदि पढ़ने से धन, पद आदि का प्रत्यक्ष लाभ होता है, ऐसा कोई लाभ धार्मिक ग्रन्थों के पठन-पाठन से तो होता नहीं फिर उनका स्वाध्याय क्यों किया जाय ?

उत्तर—यद्यपि धन, पद, सत्ता आदि का लाभ तो धार्मिक ग्रन्थों के पढ़ने से नहीं होता किन्तु यह समझना भूल है कि इनसे कोई प्रत्यक्ष या व्यावहारिक लाभ नहीं होता ।

३९ प्रश्न—तो ऐसे प्रत्यक्ष लाभ बताइये ।

उत्तर—सबसे बड़ा लाभ तो आत्मिक शान्ति का है । व्यावहारिक

उत्तर—सत् ज्ञानियों के पठन और उन पर चिन्तन-मनन में ।

४३ प्रश्न—सत्ज्ञानिय किसे माना जाय ?

उत्तर—जो वीतराग सर्वज्ञ भगवान की वाणी है जैसे भग आगम और जो उस वाणी का अनुसरण करने लिये गये हैं वे सभी ज्ञानिय ।

४४ प्रश्न—योग ज्ञानियों को पढ़ने में क्या लाभ है ?

उत्तर—वही जो अंधेर में दीपक में होता है । जिस प्रकार टार्च अंधेर में भी उजाला करके यात्री का पथ प्रदर्शित कर उस ठाकर नहीं लगने देता, राह के रुंटे करूर नहीं चुमने देता, उसी प्रकार सत्ज्ञानियों का स्वाध्याय भी मानव के जीवन को आलोक में भर देता है, स्वाध्याय में उसे अलौकिक आनन्द की प्राप्ति होती है ।

४५ प्रश्न—साहित्य में तो ज्ञान को सखा विषय कहा गया है, उसमें मनुष्य को आनन्द की प्राप्ति कैसे हो सकती है ?

उत्तर—ज्ञान सखा विषय तभी नर रहता है जब तक बाहरी सत्त्व पर ही रहे, यानी ज्ञान केवल मोता गून्त मान हो । किन्तु जब वह आत्मा की गहराइयों तक पहुँच जाता है तो आत्मा स्वयं सच्चिदानन्दघन है, उसका स्पर्श होते ही स्वाध्यायी को अलौकिक आनन्द की प्राप्ति होती है । उसकी प्रमुग्ध आत्मिक शक्तियाँ जाग्रत हो जाती हैं ।

४६ प्रश्न—स्वाध्याय से आत्मिक शक्तियाँ कैसे जाग्रत होती हैं ?

उत्तर—एक उदाहरण से समझे । जैसे माचिस की तीली में अग्नि विद्यमान तो है, किन्तु छिपी हुई है । वह छिपी हुई अग्नि घर्षण में प्रगट हो जाती है, तीली जल उठती है । इसी प्रकार निरन्तर स्वाध्याय के घर्षण से आत्मिक शक्तियाँ भी प्रगट हो जाती हैं और आत्मा स्वाध्याय से आत्म-ध्यान की स्थिति में पहुँच जाता है ।

४७ प्रश्न—ध्यान तो चित्त की एकाग्रता को कहते हैं, जबकि स्वाध्याय में चित्त चंचल रहता है ।

उत्तर—जब स्वाध्याय गहरा होता है और किसी एक विषय पर चिन्तन चलने लगता है तो चित्त की वृत्तियाँ स्थिर हो जाती हैं, उनमें एकतानता आ जाती है, इसी स्थिर स्थिति का नाम ध्यान है । इस प्रकार स्वाध्याय से ध्यान की प्राप्ति होती है और यहाँ तक कि समाधि भी प्राप्त होती है ।

या लौकिक विद्याओं का अध्ययन जहाँ महत्वाकांक्षा जगाकर व्यक्ति को अशांत बना देता है, वहाँ धार्मिक ग्रन्थों का स्वाध्याय इच्छाओं को कम करके व्यक्ति के जीवन को शान्त बनाता है और इसके साथ ही समाज में अराजकता की स्थिति समाप्त करके सुव्यवस्था की स्थापना में सहयोगी बनता है ।

दूसरा लाभ यह है कि मानव अपनी वर्तमान स्थिति और सफलता अमफलता के वास्तविक कारणों (पूर्वजन्म में किये हुए कर्म) की जानकारी प्राप्त कर लेता है । इससे वह हर परिस्थिति में मनुष्य रह सकता है ।

अपने धर्म और धर्मगुरुओं, तीर्थंकरों आदि के बारे में जानने से उसमें अपने प्रति स्वाभिमान जागता है ।

ऐसे अनेक व्यावहारिक लाभ धार्मिक ग्रन्थों के स्वाध्याय से प्राप्त होते हैं । इसके अलावा आध्यात्मिक और सांस्कृतिक लाभ तो होते ही हैं ।

इसके अतिरिक्त पठन-पाठन और स्वाध्याय में अन्तर है ।

४० प्रश्न—पठन-पाठन और स्वाध्याय में क्या अन्तर है ? आप स्वाध्याय किसे कहेंगे ?

उत्तर—पठन-पाठन तो सामान्यतः किसी भी विद्या, कला, पुस्तक आदि को पढ़ने या पढ़ाने को कहा जाता है किन्तु स्वाध्याय का विशिष्ट अभिप्राय है ।

स्वाध्याय शब्द की व्युत्पत्ति निरुक्तिकारों ने तीन प्रकार से की है—(१) स्वेन अध्ययन—अपने द्वारा अपना अध्ययन, (२) सुष्ठु अध्ययन—भली भाँति मर्यादा के साथ अध्ययन और (३) स्वस्य अध्ययन—स्वयं अपना अध्ययन ।

४१ प्रश्न—आपकी यह रहस्य भरी भाषा समझ में नहीं आई । अपने द्वारा अपना अध्ययन कैसे किया जा सकता है और स्वयं अपना ही अध्ययन किस प्रकार हो सकता है ?

उत्तर—भाषा में कोई रहस्य नहीं है । इन दोनों का सीधा सा अभिप्राय है आत्मा स्वयं अपना ही अध्ययन करे, अपने को जाने और अपना अनुभव करे । इसे आप अंग्रेजी में Self knowledge और Self realisation भी कह सकते हैं ।

४२ प्रश्न—स्व-अध्ययन अथवा स्वाध्याय कैसे हो सकता है ?

उत्तर—सत् शास्त्रों के पठन और उन पर चिन्तन-मनन में ।

४३ प्रश्न—सत्शास्त्र किसे माना जाय ?

उत्तर—जो वीतराग सर्वज्ञ भगवान की वाणी है जैमे भग आगम और जो उस वाणी का अनुसरण करके लिखे गये हैं वे सभी शास्त्र ।

४४ प्रश्न—ऐसे शास्त्रों को पढ़ने से क्या लाभ है ?

उत्तर—वही जो अँधेरे में दीपक से होता है । जिस प्रकार टाचं अँधेरे में भी उजाला करके यात्री का पथ प्रदर्शित कर उसे ठाकर नहीं लगने देता, राह के कांटे ककर नहीं चुभने देता, उसी प्रकार सत्शास्त्रों का स्वाध्याय भी मानव के जीवन को आलोक से भर देता है, स्वाध्याय में उसे अलौकिक आनन्द की प्राप्ति होती है ।

४५ प्रश्न—साहित्य में तो ज्ञान को रूखा विषय कहा गया है, इससे मनुष्य को आनन्द की प्राप्ति कैसे हो सकती है ?

उत्तर—ज्ञान रूखा विषय तभी तक रहता है जब तक बाहरी सतह पर ही रहे, यानी ज्ञान केवल तोता रटन्त मात्र हो । किन्तु जब वह आत्मा की गहराइयों तक पहुँच जाता है तो आत्मा स्वयं सच्चिदानन्दघन है, उसका स्पर्श होते ही स्वाध्यायी को अलौकिक आनन्द की प्राप्ति होती है । उसकी प्रसुप्त आत्मिक शक्तियाँ जाग्रत हो जाती हैं ।

४६ प्रश्न—स्वाध्याय से आत्मिक शक्तियाँ कैसे जाग्रत होती हैं ?

उत्तर—एक उदाहरण से समझे । जैसे माचिस की तीली में अग्नि विद्यमान तो है, किन्तु छिपी हुई है । वह छिपी हुई अग्नि घर्षण से प्रगट हो जाती है, तीली जल उठती है । इसी प्रकार निरन्तर स्वाध्याय के घर्षण से आत्मिक शक्तियाँ भी प्रगट हो जाती हैं और आत्मा स्वाध्याय से आत्म-ध्यान की स्थिति में पहुँच जाता है ।

४७ प्रश्न—ध्यान तो चित्त की एकाग्रता को कहते हैं, जबकि स्वाध्याय में चित्त वचल रहता है ।

उत्तर—जब स्वाध्याय गहरा होता है और किसी एक विषय पर चिन्तन चलने लगता है तो चित्त की वृत्तियाँ स्थिर हो जाती हैं, उनमें एकतानता आ जाती है, इसी स्थिर स्थिति का नाम ध्यान है । इस प्रकार स्वाध्याय से ध्यान की प्राप्ति होती है और यहाँ तक कि समाधि भी प्राप्त होती है ।

४८ प्रश्न—स्वाध्याय से समाधि कैसे प्राप्त होती है ? इस बात का प्रमाण किस ग्रन्थ में उपलब्ध होता है ।

उत्तर—भगवान महावीर ने चार प्रकार की समाधि बताई है । इसका उल्लेख दशवैकालिक सूत्र (६/४/३) में है । उसमें से एक श्रुत-समाधि भी है ।

४९ प्रश्न—तब तो स्वाध्याय अवश्य करना चाहिए । इसके कितने भेद हैं ?

उत्तर—स्वाध्याय के पाँच भेद हैं—

(१) वाचना—गुरुदेव के मुह से सूत्र पाठ सुनना, ज्यो की त्यो ग्रहण करना, जैसा उच्चारण वे करे, वैसा ही उच्चारण करना हीनाभर आदि दोष बिल्कुल भी न लगाना ।

(२) पृच्छना—गुरुदेव से पूछकर, अच्छी तरह ऊहापोह करके अर्थ का निश्चय कर लेना ।

(३) परिवर्तना—सूत्र को पुन पुन स्मरण करना—दोहराना, परावर्तन से सूत्र विस्मृत नहीं होता ।

(४) अनुप्रेक्षा—ग्रहण किये हुए सूत्र पर गहराई में चिन्तन करना ।

(५) धर्मकथा—जब सूत्र हृदयगम हो जाये तो उस पर प्रवचन करना, अन्य लोगों को बताना ।

५० प्रश्न—यदि धर्मकथा न की जाय तो स्वाध्यायी को क्या हानि है ? वाचना, पृच्छना, परिवर्तना और अनुप्रेक्षा से उसे तो सूत्र और उसका अर्थ हृदयगम हो ही चुका है ।

उत्तर—धर्मकथा न करने से धर्म शासन को भी हानि है और स्वयं स्वाध्यायी को भी हानि है । भरी सभा में धर्मकथा करने से स्वाध्यायी का स्वयं का ज्ञान मजता है, बोलते समय उसके मस्तिष्क में नई-नई कल्पनाएँ आती हैं और बुद्धि में नये-नये उत्प्रेष जगते हैं । धर्म शासन की हानि यह है कि स्वाध्यायी ने जितना सीखा, जाना है वह सब उसके साथ ही चला जायेगा तो श्रुतज्ञान की परम्परा आगे कैसे चलेगी ? भव्य जीवों का उपकार कैसे होगा ? धर्म का मार्ग आगे कैसे चलेगा ? इसी दृष्टिकोण से तीर्थंकर भगवान भी धर्मकथा करते हैं ।

५१ प्रश्न आपने अभी कहा था कि उच्चारण निर्दोष होता चाहिए तो स्वाध्याय के अथवा सूत्रपाठ के उच्चारण के कितने दोष हैं, बताये ।

उत्तर—यो तो उच्चारण के अनेक दोष हो सकते हैं किन्तु इन सभी दोषों को १४ भागों में वर्गीकृत कर दिया गया है। वे १४ दोष हैं—

(१) वाइद्ध—सूत्र के अक्षर उलट-पुलट पढ़ना या बोलना उदाहरणार्थ—‘पहीण-जर-मरणा’ को ‘पीहर जा र मरणा’ बोलना।

(२) वच्चामेलिय—सूत्रों को एक-दूसरे में मिला देना, अयुक्त स्थान में विराम लेना, युक्त स्थान में विराम न लेना।

(३) हीणवखर—कम अक्षर पढ़ना

(४) अच्चवखर—अधिक अक्षर पढ़ना

(५) पयहीण—पदहीन पढ़ना।

(६) विणयहीण—विनय रहित पढ़ना।

(७) जोगहीण—मन-वचन-काया को एकाग्र न करके पढ़ना, अथवा उपयोग रहित होकर पढ़ना।

(८) घोसहीण—स्वर और व्यंजन का उचित रूप से ध्वनि सहित उच्चारण न पढ़ना।

(९) मुट्ठुदिष्ण—शक्ति से अधिक यानी हृदयगम करने की क्षमता से अधिक सूत्र पढ़ना।

(१०) दुट्ठुपाडिच्छिय—सूत्र को जुरे अथवा कलुषित भाव से पढ़ना, ग्रहण करना, बोलना या गुरुदेव से पूछना।

(११) अकाले कओ सज्झाओ—जिस सूत्र का जो स्वाध्यायकाल नहीं है, उस काल में उस सूत्र का स्वाध्याय करना।

(१२) काले न कओ सज्झाओ—जिस सूत्र का जो स्वाध्याय काल है, उस काल में उस सूत्र का स्वाध्याय न करना।

(१३) असज्झाइये सज्झाइय—अस्वाध्याय के कारण (बत्तीस प्रकार के अस्वाध्याय) विद्यमान रहने पर भी स्वाध्याय करना।

(१४) सज्झाइये न सज्झाइय—अस्वाध्याय के कारण विद्यमान न हो, फिर भी स्वाध्याय न करना।

स्वाध्याय करते समय यह १४ दोष नहीं लगने देना चाहिए।

५२ प्रश्न—ऐसा देखा जाता है कि कोई व्यक्ति बहुत स्वाध्याय करता है, रात-दिन रटता रहता है, फिर भी उसे याद नहीं होता, उसका सारा श्रम निष्फल जाता है। इसका क्या कारण है?

उत्तर—इसके कई कारण हैं। उनमें से कुछ निम्न हैं—

(१) निम्नवृत्ता—देव, गुरु, धर्म का अवर्णवाद बोलने से—यानी इनमें जो दोष नहीं हैं, वे दोष लगाना, जैसे—

४८ प्रश्न—स्वाध्याय से समाधि कैसे प्राप्त होती है ? इस बात का प्रमाण किस ग्रन्थ में उपलब्ध होता है ।

उत्तर—भगवान महावीर ने चार प्रकार की समाधि बताई है । इसका उल्लेख दशवैकालिक सूत्र (६/४/३) में है । उसमें से एक श्रुत-समाधि भी है ।

४९ प्रश्न—तब तो स्वाध्याय अवश्य करना चाहिए । इसके कितने भेद हैं ?

उत्तर—स्वाध्याय के पाँच भेद हैं—

(१) वाचना—गुरुदेव के मुह से सूत्र पाठ सुनना, ज्यों की त्यों ग्रहण करना, जैसा उच्चारण वे करें, वैसा ही उच्चारण करना हीनाक्षर आदि दोष विलकुल भी न लगाना ।

(२) पृच्छना—गुरुदेव से पूछकर, अच्छी तरह ऊहापोह करके अर्थ का निश्चय कर लेना ।

(३) परिवर्तना—सूत्र को पुन पुन स्मरण करना—दोहराना, परावर्तन से सूत्र विस्मृत नहीं होता ।

(४) अनुप्रेक्षा—ग्रहण किये हुए सूत्र पर गहराई से चिन्तन करना ।

(५) धर्मकथा—जब सूत्र हृदयगम हो जाये तो उस पर प्रवचन करना, अन्य लोगों को बताना ।

५० प्रश्न—यदि धर्मकथा न की जाय तो स्वाध्यायी को क्या हानि है ? वाचना, पृच्छना, परिवर्तना और अनुप्रेक्षा से उसे तो सूत्र और उसका अर्थ हृदयगम हो ही चुका है ।

उत्तर—धर्मकथा न करने से धर्म शासन को भी हानि है और स्वयं स्वाध्यायी को भी हानि है । भरी सभा में धर्मकथा करने से स्वाध्यायी का स्वयं का ज्ञान मज्जा जाता है, बोलते समय उसके मस्तिष्क में नई-नई कल्पनाएँ आती हैं और बुद्धि में नये-नये उन्मेष जगते हैं । धर्म शासन की हानि यह है कि स्वाध्यायी ने जितना सीखा, जाना है वह सब उसके साथ ही चला जायेगा तो श्रुतज्ञान की परम्परा आगे कैसे चलेगी ? भव्य जीवों का उपकार कैसे होगा ? धर्म का मार्ग आगे कैसे चलेगा ? इसी दृष्टिकोण से तीर्थंकर भगवान भी धर्मकथा करते हैं ।

५१ प्रश्न आपने अभी कहा था कि उच्चारण निर्दोष होना चाहिए तो स्वाध्याय के अथवा सूत्रपाठ के उच्चारण के कितने दोष हैं, बताये ।



उत्तर—यों तो उच्चारण के अनेक दोष हो सकते हैं किन्तु इन सभी दोषों को १४ भागों में वर्गीकृत कर दिया गया है। वे १४ दोष हैं—

(१) बाइद्ध—सूत्र के अक्षर उलट-पुलट पढ़ना या बोलना उदाहरणार्थ—‘पहीण-जर-मरणा’ को ‘पीहर जा र मरणा’ बोलना।

(२) वच्चामेलिय—सूत्रों को एक-दूसरे में मिला देना, अयुक्त स्थान में विराम लेना, युक्त स्थान में विराम न लेना।

(३) हीणक्खर—कम अक्षर पढ़ना

(४) अच्चक्खर—अधिक अक्षर पढ़ना

(५) पयहीण—पदहीन पढ़ना।

(६) त्रिणयहीण—विनय रहित पढ़ना।

(७) जोगहीण—मन-वचन-काया को एकाग्र न करके पढ़ना, अथवा उपयोग रहित होकर पढ़ना।

(८) घोसहीण—स्वर और व्यंजन का उचित रूप से ध्वनि सहित उच्चारण न पढ़ना।

(९) सुद्धुत्तिण—शक्ति से अधिक यानी हृदयगम करने की क्षमता से अधिक सूत्र पढ़ना।

(१०) दुद्धुत्तिण—सूत्र को बुरे अथवा कलुषित भाव से पढ़ना, ग्रहण करना, बोलना या गुरुदेव से पूछना।

(११) अकाले कओ सज्झाओ—जिस सूत्र का जो स्वाध्यायकाल नहीं है, उस काल में उस सूत्र का स्वाध्याय करना।

(१२) काले न कओ सज्झाओ—जिस सूत्र का जो स्वाध्याय काल है, उस काल में उस सूत्र का स्वाध्याय न करना।

(१३) असज्झाइये सज्झाइय—अस्वाध्याय के कारण (बत्तीस प्रकार के अस्वाध्याय) विद्यमान रहने पर भी स्वाध्याय करना।

(१४) सज्झाइये न सज्झाइय—अस्वाध्याय के कारण विद्यमान न हो, फिर भी स्वाध्याय न करना।

स्वाध्याय करते समय यह १४ दोष नहीं लगने देना चाहिए।

५२ प्रश्न—ऐसा देखा जाता है कि कोई व्यक्ति बहुत स्वाध्याय करता है, रात-दिन रटता रहता है, फिर भी उसे याद नहीं होता, उसका सारा श्रम निष्फल जाता है। इसका क्या कारण है?

उत्तर—इसके कई कारण हैं। उनमें से कुछ निम्न हैं—

(१) निह्वता—देव, गुरु, धर्म का अवर्णवाद बोलने से—यानी इनमें जो दोष नहीं हैं, वे दोष लगाना, जैसे—

अरिहन्त भगवान को असर्वज्ञ बताना, वीतरागी देवों को सराग कहना, आदि ।

शुद्धाचारों श्रमणों को भ्रष्ट बताना, उनके चरित्र में व्यर्थ के दोष लगाकर उनकी निन्दा करना ।

अरिहतप्रणीत सिद्धान्तों के अपनी बुद्धि से मनमाने और ऊटपटाग अर्थ लगाना ।

इस प्रकार देव-गुरु-धर्म की निन्दा करना ।

(२) ज्ञान और ज्ञानी की अशक्तता करना ।

(३) ज्ञान के उपकरण यथा—पुस्तक आदि को छिपाकर इधर-उधर रख देना ।

(४) ज्ञानी पुरुषों से ईर्ष्या करना ।

(५) ज्ञान और ज्ञानी पुरुषों की विनय न करना ।

जो व्यक्ति इस प्रकार के कार्य करता है, वह कितना भी परिश्रम कर ले, सूत्र आदि उसे याद नहीं हो पाते ।

उसकी बुद्धि अत्यन्त मन्द रहती है ।

५४. प्रश्न—स्वाध्याय में विशेष आनन्द और सफलता तथा उन्नत स्थिति प्राप्त करने के लिए स्वाध्यायी में कौन-कौन से गुण अपेक्षित हैं अथवा उसे किन नियमों का पालन करना चाहिए ?

उत्तर—कुछ सामान्य नियम हैं—

(१) स्थान एवं समय की नियमितता—नियमित समय और निश्चित स्थान पर स्वाध्याय किया जाय ।

(२) धैर्य—स्वाध्याय में शीघ्रता न करे और न यह आशा ही रखे कि पाठ शीघ्र ही याद हो जायेगा, धैर्यपूर्वक स्वाध्याय करे ।

(३) एकाग्रता—मन-वचन-काय को एकाग्र रखे ।

(४) स्वाध्याय का स्थान शांत हो, वहाँ कोलाहल न हो । स्थान स्वच्छ और साफ हो, अधिक सजावट न हो ।

(५) नियमितता—स्वाध्याय में एक दिन का भी अन्तर न पड़े, स्वाध्याय प्रतिदिन नियम से करना चाहिए ।

(६) स्वाध्यायी को अपना लक्ष्य आत्मोन्नति रखना चाहिए, विषय-वासना, सासारिक भोग, प्रसिद्धि आदि की इच्छा न करे ।

(७) दृढ़ विश्वास—यह दृढ़ विश्वास रखे कि मेरी आत्मोन्नति अवश्य होगी । मेरी आत्मा की निरन्तर उन्नति हो रही है, ऐसी भावना भी रखे ।

इन सामान्य नियमों के पालन से स्वाध्यायी का जीवन चमक उठेगा, उसकी आत्मा अलौकिक आलोक से जगमगा उठेगी । □

## स्वाध्यायशील के स्वर्ण सूत्र

जेयावि होइ निचिब्जे थद्धे लुद्धे अणिग्गे ।

अभिक्षण उल्लवह अविणोए अवहुस्सुए ॥

प्रश्न—अवहुश्रुत कौन है ?

उत्तर—जिसमें ये छह दोष हैं—

- १ जो विद्याहीन है
- २ विद्यावान होकर अभिमानी है
- ३ सरस आहार आदि का लोलुप है
- ४ इन्द्रियो पर सयम नहीं रख सकता
- ५ जो बार-बार असम्बद्ध बोलता है
- ६ गुरुजनों का विनय नहीं करता

—उत्तराध्ययन ११/२

अह पच्चहि ठाणेहि जेहि सिक्खा न लब्भइ ।

अप्पमा कोहा पमाएण रोगेणाजलस्सएण य ॥

२ इन पाँच कारणों से शिक्षा प्राप्त नहीं हो सकती—

- १ अहंकार, २ क्रोध, ३ प्रमाद, ४ रोग और ५ आलस्य

—उत्तराध्ययन ११/३

अह अट्ठहि ठाणेहि सिक्खासीले त्ति वुच्चइ ।

अहस्सिरे सया दत्ते न य मम्ममुवाहरे ।

नासील न विसीले न सिया अइत्तोलुए ।

अकोहणे सच्चरए सिक्खासीले त्ति वुच्चई ॥

३ इन आठ गुणों से व्यक्ति शिक्षा शील कहा जाता है—

- १ जो हास्य-हसी मजाक न करे
- २ जो इन्द्रिय और मन का दमन करे
- ३ जो दूसरों का मर्म उद्घाटन न करे
- ४ जो चारित्र्य से हीन न हो
- ५ जिसके चरित्र में कोई दोष या दाग न हो
- ६ जो रस-लोलुप न हो
- ७ जो क्रोधी स्वभाव का न हो
- ८ जो सदा सत्य का आचरण करता है

—उत्तराध्ययन ११/४-५

अरिहन्त भगवान को असर्वज्ञ बताना, बीतरागी देवों को सराग कहना, आदि ।

शुद्धाचारी श्रमणों को भ्रष्ट बताना, उनके चरित्र में व्यर्थ के दोष लगाकर उनकी निन्दा करना ।

अरिहतप्रणीत सिद्धान्तों के अपनी बुद्धि से मनमाने और ऊटपटाग अर्थ लगाना ।

इस प्रकार देव-गुरु-धर्म की निन्दा करना ।

(२) ज्ञान और ज्ञानी की अशक्तता करना ।

(३) ज्ञान के उपकरण यथा—पुस्तक आदि को छिपाकर इधर-उधर रख देना ।

(४) ज्ञानी पुरुषों से ईर्ष्या करना ।

(५) ज्ञान और ज्ञानी पुरुषों की विनय न करना ।

जो व्यक्ति इस प्रकार के कार्य करता है, वह कितना भी परिश्रम कर ले, सूत्र आदि उसे याद नहीं हो पाते ।

उसकी बुद्धि अत्यन्त मन्द रहती है ।

५४. प्रश्न—स्वाध्याय में विशेष आनन्द और सफलता तथा उन्नत स्थिति प्राप्त करने के लिए स्वाध्यायी में कौन-कौन से गुण अपेक्षित हैं अथवा उसे किन नियमों का पालन करना चाहिए ?

उत्तर—कुछ सामान्य नियम हैं—

(१) स्थान एवं समय की नियमितता—नियमित समय और निश्चित स्थान पर स्वाध्याय किया जाय ।

(२) धैर्य—स्वाध्याय में शीघ्रता न करे और न यह आशा ही रखे कि पाठ शीघ्र ही याद हो जायेगा, धैर्यपूर्वक स्वाध्याय करे ।

(३) एकाग्रता—मन-वचन-काय को एकाग्र रखे ।

(४) स्वाध्याय का स्थान शांत हो, वहाँ कोलाहल न हो । स्थान स्वच्छ और साफ हो, अधिक सजावट न हो ।

(५) नियमितता—स्वाध्याय में एक दिन का भी अन्तर न पड़े, स्वाध्याय प्रतिदिन नियम से करना चाहिए ।

(६) स्वाध्यायी को अपना लक्ष्य आत्मोन्नति रखना चाहिए, विषय-वासना, सासारिक भोग, प्रसिद्धि आदि की इच्छा न करे ।

(७) दृढ़ विश्वास—यह दृढ़ विश्वास रखे कि मेरी आत्मोन्नति अवश्य होगी । मेरी आत्मा की निरन्तर उन्नति हो रही है, ऐसी भावना भी रखे ।

इन सामान्य नियमों के पालन से स्वाध्यायी का जीवन चमक उठेगा, उसकी आत्मा अलौकिक आलोक से जगमगा उठेगी । □

## साधु के २७ गुण

- १ पाण्डवायाओ वेरमण
  - २ मुसावायाओ वेरमण
  - ३ आदिण्णादाणाओ वेरमण
  - ४ मेहुणाओ वेरमण
  - ५ परिग्गहाओ वेरमण
  - ६ सोइदियणिग्गहे
  - ७ चक्खुइन्दियणिग्गहे
  - ८ घाणिदियणिग्गहे
  - ९ जिह्मिदियणिग्गहे
  - १० फासिदियणिग्गहे
  - ११ कोहविवेगे
  - १२ माणविवेगे
  - १३ मायाविवेगे
  - १४ लोहविवेगे
  - १५ भावसच्चे
  - १६ करणसच्चे
  - १७ जोगसच्चे
  - १८ क्षमा
  - १९ विराग
  - २० मणसमाहारणया
  - २१ वयसमाहारणया
  - २२ काय समाहारणया
  - २३ णाण सपण्णया
  - २४ दसण सपण्णया
  - २५ चरित्त सपण्णया
  - २६ वेयण अहियासणिया
  - २७ मारणतिय अहियासणिया
- सर्वथा हिंसा का त्याग  
 सर्वथा मृषावाद-झूठ का, ३ करण  
 ३ योग से त्यागी होना  
 सर्वथा अदत्त ग्रहण का त्याग ।  
 सर्वथा मैथुन सेवन का त्याग ।  
 सर्वथा परिग्रह का त्याग ।  
 श्रोत्र इन्द्रिय को वश में रखना ।  
 चक्षु इन्द्रिय को वश करना ।  
 घ्राण इन्द्रिय को वश करना ।  
 रसना इन्द्रिय को वश करना ।  
 स्पर्श इन्द्रिय को वश करना ।  
 क्रोध का त्याग करना, जीतना ।  
 मान को जीतना ।  
 माया-कपट नष्टी करना ।  
 लोभ का त्याग करना ।  
 विचारो की शुद्धि ।  
 प्रतिलेखना आदि विचारों उपयोग  
 पूर्वक करना ।  
 मन-वचन-काय योग व सत्यता ।  
 सहिष्णुता ।  
 वैराग्य भाव ।  
 मन की शुभ प्रवृत्ति ।  
 वचन की शुभ प्रवृत्ति ।  
 काय की शुभ प्रवृत्ति ।  
 ज्ञान संपन्नता ।  
 दर्शन संपन्नता ।  
 चारित्र्य-शुद्धि चारित्र्य का पालन ।  
 शारीरिक वेदना को समभाव से  
 सहना ।  
 मृत्यु समय में होने वाले कष्टों को  
 शांति से सहना ।